



**Gretl Widauer Pinzgauer Reime, Sprüche und Kuchltipps**

**Alois Schwaiger - Herausgeber**

Gretl Widauer

Pinzgauer Reime, Sprüche  
und Kuchltipps

Alois Schwaiger

Herausgeber

1. Auflage

Oktober 2001

Herausgeber/Verlag© 2001 Dipl. Ing. Dr. Alois Schwaiger

A-5771 Leogang 36

Sämtliche Rechte vorbehalten

Umschlaggestaltung Ulrika Krexner/Salzburg

Satz Irene Jarcevic, Sabine Kmetovic/Salzburg

Korrektur Caroline Spina

Illustrationen Hans Winkler/Basel

Umschlag-Bilder Maria Alm und Mesner-Familie 1925

# INHALT

Einleitung	5
Reime	7
Kinderreime	11
Spiele	28
Sprüche	31
Kuchl -Tipps	37
Haushalts -Tipps	73
Salz -Tipps	83
Über das Buch	89

# EINLEITUNG

Gretl Widauer hat in ihren "Pinzgauer G'schichtn und Bräuch", die ich 1999 als Buch mit CD herausgegeben habe, einen interessanten Einblick in die Pinzgauer Sprache und Bräuche, wie sie vor etwa 50 Jahren üblich waren, gegeben und hat dabei die Qualität und Originalität ihrer Mundartdichtung unter Beweis gestellt.

Das grosse Interesse daran hat mich ermutigt, auch ihre Aufzeichnungen über Pinzgauer Reime, Sprüche und Spiele sowie die im Zuge ihrer Tätigkeit im ORF entstandenen "Tipps" für Küche und Haushalt einer breiteren Öffentlichkeit zugänglich zu machen. Sprachliches Kulturgut und nützliche Alltagsweisen sollen damit vor dem Vergessen bewahrt werden.

Die Texte sind teilweise in Dialekt und teilweise in Hochdeutsch. Das lautmäßige Umsetzen in das geschriebene Wort war nicht einfach und ich ersuche um Nachsicht, wenn es nicht immer perfekt gelungen ist. Auf eine Lautschrift wurde verzichtet, nur das dunkle **ä** und das getrennt gesprochene **e-i** wurden verwendet.

Die heiteren Illustrationen zum Text hat Hans Winkler aus Basel beigesteuert. Er ist mit Gretl Widauer seit vielen Jahren freundschaftlich und familiär verbunden.

Entdecken Sie viele vergessene Sprüche, Reime, Spiele und holen Sie sich nützliche Anregungen für Küche und Haushalt, das wünscht Ihnen

Alois Schwaiger, Herausgeber



# REIME

Lustög is auf da Welt,  
homb d'Herrn a koa Geld,  
is fi ins a koa Schondt  
wonn ma koans hamb.

A lustöga Bua,  
braucht oft a Pao Schua,  
a trauriga Narr,  
haot long an an Paar!

I woäß scho, waos i tua,  
i zreiß ma meine Schuah  
und wonn da Kaisa Karl kimb,  
åft flick i's wieda zua.



Simandl, Tomandl, Holzäpfelbua,  
leg dö rot Hosn o  
und tonz mit da Kuah.

Dao drobn auf an Bergerl,  
dao tonznd zwoa Zwergerl,  
oa Henn und oa Hohn  
homb Fleckalschuach on.

Dao obn aufn Bergerl,  
dao steht a Kapelln,  
dao reitnd drei Schneida  
auf oana Sardelln.

29 Schneida, dia wiegn 100 Pfund  
und wonn sö dös nid wiegn,  
dann sand sö nid gsund.

Wonn mei Schimmö neama maog,  
ge-ibn ma eahm an Håbansaock.  
Wonn mei Schimmö neama ko,  
sponn ma heud an Goßbock o.

A Ross saog bergauf ”Schlag mi nit!”,  
bergab ”Jag mi nit!”,  
a da Ebandt ”Schon mi nit!”  
und an Stall ”Vagiss mi nit!”

Bitt gar schön, um an hl. Wecken,  
åba an weißn,  
weil den schwäschzen  
kann i nit dabeißn  
und an långa,  
denn an kuschzen  
kann i nit daglonga.

Klopf on, klopf on,  
d’Mesnaren haot an schön Moo.  
Bitt gao schö, um an Onklöcköa.

Rührmilch van Kübö,  
vatreibt alle Übel,  
Rührmilch beuds ste-iht,  
pass auf, wia’s da ge-iht.



”Auf zan Spund,  
d’Welt ge-ihnt z’grund!”,  
Wonn ma neama le-ibn,  
sand ma neama gsund,  
mögn ma neama saogn:  
”Auf zan Spund!”.

Da Oasiedla a da Klausn,  
wonns wårm is, tuat a hausn,  
wonns kalt is, geht a schnell  
und hoazt sö d’Klausn ein.

Da Oasiedla haot zwoa Zänd an Mauö,  
da oa is hohl, da onna is fauö.

Ba dö Kinna und Låppn  
muasst d’Wårheit datåppn.

Da Bäck tuat sö protzn,  
mit seina Bretzn a da Prätzln.

Insa Millimadl  
hat a Milliladl  
und a Makkaroniladl a.

Da Zipfelbam Peter,  
bald liegt er, bald steht er,  
bald lahnt er sich an,  
am Zipfelmann-Petern sein Bam.



Stoßt di da Schnaggl,  
denk a dein Lackl,  
da Lackl a di  
und da Schnaggl is dahi!

Drei ålte Weiber  
kemmand nid weiter,  
homb an grean Dudlsack  
und an braun Geiga.

Wonn dö Köschez zkuscz wuscht,  
nochand wuschz zkuscz.



### Vom Wetter

Es regnet, Gott segnet,  
es regnet seinen Lauf  
und wennis genug geregnet hat,  
dann hört es wieder auf.

Schauts ausi, wias regnet,  
schauts ausi, wias giaßt,  
schauts aussö, wia s'Wåssa  
van Daoch ocha schiaßt.

# KINDERREIME

*Die Hand des Kindes nehmen und vom Daumen beginnend die Finger einzeln abzählen und „wuzeln“:*

Das ist der Daumen,  
der schüttelt die Pflaumen,  
der hebt sie auf,  
der trägt sie nach Haus  
und der kleine Wuzi, Wuzi,  
isst sie alle auf.

Dea is a's Wåssa gfalln,  
dea haotn aufklaub,  
dea haotn hoamtraogn,  
dea haotn zuadeckt  
und dös kloa Wuzei  
haots da Muattan g'schörg.

Dea is a's Wåssa gfalln,  
dea haotn aussagholt,  
dea haotn a's Bettei glegt,  
dea haotn zuadeckt,  
dea kloa (*Name des Kindes*)  
haotn wieda aufgweckt.



*Das Kind auf die Knie nehmen und an beiden Händen halten:*

Eins, zwei, drei,  
bicke, backe nei,  
bicke, backe, Besenstiel,  
sitzt a Mannei auf da Mühl,  
haot a staubigs Hüadei auf,  
steht a Vierazwanzga drauf.  
Kimb da alte Widda,  
stoßt dös Mannei nieda,  
*(das Kind nach hinten beugen)*  
kimb dö liabö Fledamaus,  
hebt dös Mannei wieda auf  
*(das Kind wieder hochziehen).*

*Mit den Füßen wippend Reitbewegung nachahmen, das Kind sitzt auf den Knien:*

Hopp, hopp, hopp,  
Pferdchen lauf Galopp.  
Über Stock und über Steine,  
aber brich dir nicht die Beine.  
Hopp, hopp, hopp,  
Pferdchen lauf galopp.

So reitn dö Bauan, dö Bauan,  
dö Burga, dö Burga  
und d'Herrn, d'Herrn, d'Herrn,  
*(der Reit-Rhythmus wird bei Bürger und Herren immer schneller)*  
beud fallns hinum, beud fallns herum  
*(dabei das Kind nach links und nach rechts hinunter beugen).*



Hoppa, hoppa Reita,  
wenn er fällt, so schreit er,  
fällt er in den Graben,  
fressen ihn die Raben,  
fällt er in den Sumpf,  
macht der Reiter plumps  
*(das Kind wird weit hinunter gebeugt).*

Hott, hott, hott,  
fahrn ma in dö Städt  
um a Fuada Heu,  
um a Fuada Streu,  
um a Fuada Håberkern,  
dös fressn meine Rössl gern.

Rössei bschlaogn, Rössei bschlaogn,  
*(auf die Fußsohle des Kindes klopfen)*  
wia vü Nagei müass ma haobn?  
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, neine  
*(mit einzelnen Fingern auf die Fußsohle drücken)*  
Nagei müassnd eini.  
Hom ma um oans zvä eichögschlaogn,  
müass ma's wieda aussagraobn,  
graobs, graobs, graobs, graobs  
*(mit den Fingern die Fußsohle kitzeln).*

Rössei bschlaogn, Rössei bschlaogn,  
wia vü Nagei müass ma haobn?

1, 2, 3 und a Schübl Heu  
und a Schübö Haberstroh,  
dao sand meine Rössei froh.

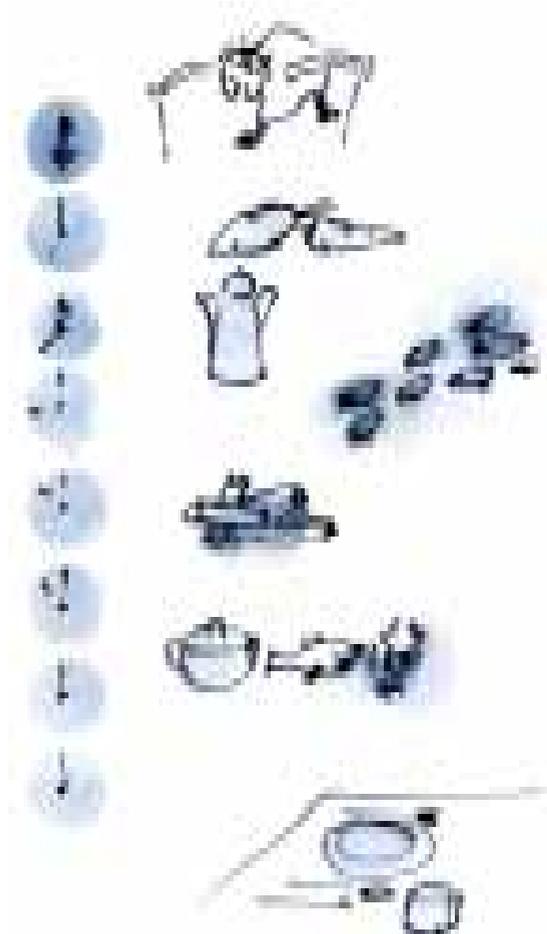
Hott, hott, hott,  
fahrn ma in dö Stadt  
um a Laibl Brot,  
um a Seidl Wein,  
lustig wolln ma sein.

Gehn ma heint ins Halla fahrn  
um a Fuada Salz,  
um a Fuada Schmalz,  
um a Fuada Mandlkern,  
isst mei Diane (Biawei) gao so gern.

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,  
fahrn wir mit der Dampfmaschin,  
Dampfmaschin is brochn,  
fahrn ma naxte Woch.

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7,  
eine alte Frau kocht Rüben,  
eine alte Frau kocht Speck,  
schneidet sich den Finger weg.

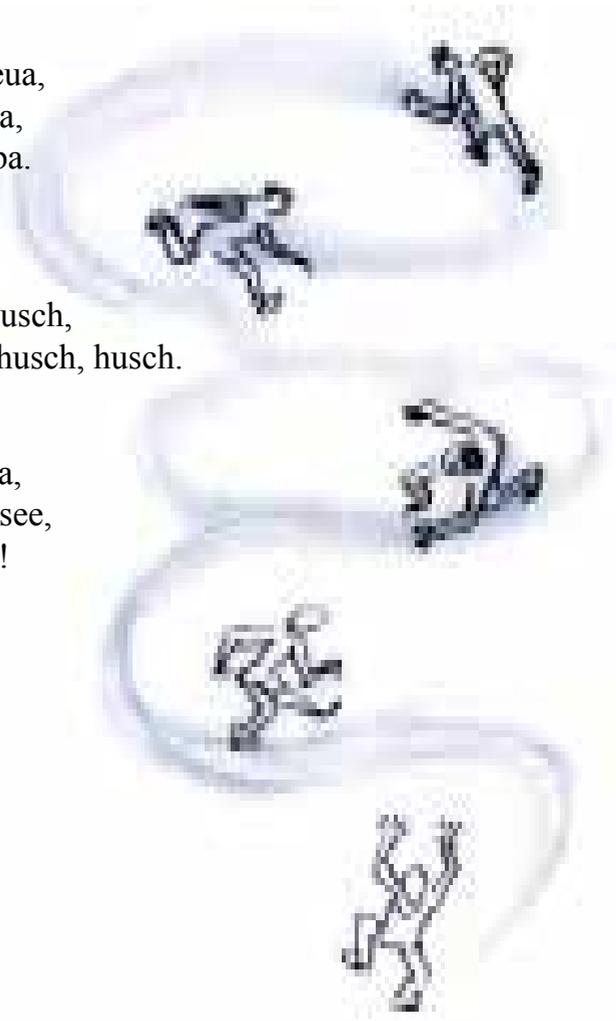
Morgens früh um sechs  
kommt die kleine Hex,  
morgens früh um sieben  
schabt sie gelbe Rüben,  
morgens früh um acht,  
wird Kaffee gemacht,  
morgens früh um neune,  
geht sie in die Scheune,  
morgens früh um zehne,  
holt sie Holz und Späne,  
morgens früh um elf,  
kocht sie bis um zwölf  
Frösche, Krebs und Fisch,  
Kinder, kommt zu Tisch.



Ringl, ringl, reiha,  
dö Suppn steht am Feua,  
dö Suppn, dö geht üba,  
dao falln ma alle drüba.

Ringl, ringl, reiha,  
san ma insra dreia,  
sitz ma auf an Hollabusch,  
mach ma alle husch, husch, husch.

Ringl, ringl, reiha,  
Fischei sand an Weiha,  
Fischei sand im Attersee,  
hupfn alle in die Höh!



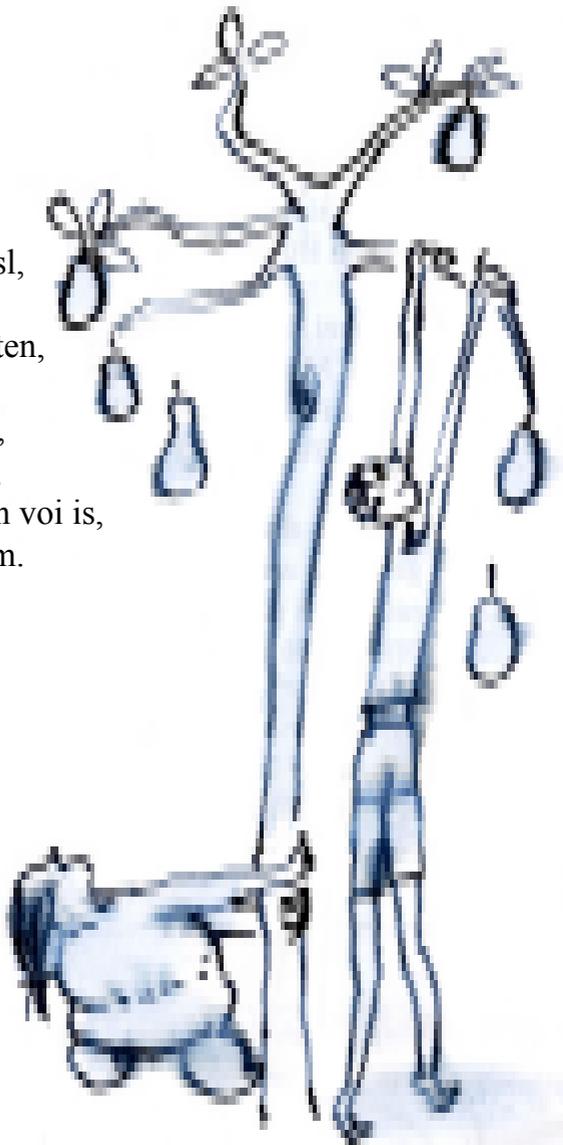
Meudei, didldeudei,  
gehn ma zan Tonz,  
setz ma a greans Hüadei auf,  
brauch ma koan Kronz.

Ei, du liabe Annelies,  
geh mit mia um Haslnüss,  
höngand alle Stauan voi,  
woaß nid, wo i brockn soi!

Pigga, pogga, Be-isnstü,  
sitzt a Mannei auf da Mühl,  
haot a stawögs Hüadei auf  
und an Buschn Fedan drauf.

Limmel, lammel, Löffelstiel,  
sitzt a Mannei auf da Mühl,  
haot a rotes Hüadei auf  
und a graosgreans Fedal drauf.

Spannenlanger Hansl,  
nudldicke Dirn,  
gehn ma in den Garten,  
schüttl ma dö Birn,  
schüttl ma dö großn,  
schüttl ma dö kloan,  
wonn da Saock donn voi is,  
gehn ma wieda hoam.



*Kaum zu glauben:*

Dö Donau is a's Wåssa gfalln,  
da Eisstoß is vabrennt,  
dao is da Weana Stephansdom  
mit Stroh zan Löschn grennt.

*Zum Einschlafen:*

Bim, bam, beia,  
dö Katz maog koane Eia,  
waos maog sie dann?  
Speck aus da Pfann,  
ei wia schlafrig is insa Madam.

*Das Kind im Arm schaukeln:*

Müller, Müller Sackei,  
ist der Müller nicht zu Haus?  
Schloss vor, Riegl vor,  
werf ma's Sackerl hinters Tor.

## Über Tiere

Insa Kätz und d'Nächbarkätz,  
gehnd mitanonna Pronga.  
Insa Kätz haot an kuschzn Schwoaf  
und d'Nächbarkätz an longa.

Insa Kätz haot Katzei g'haob,  
siebne, åchte, neune.  
Oans, dös haot koa Schwanzei g'haob,  
schopp ma's wieda eichö!

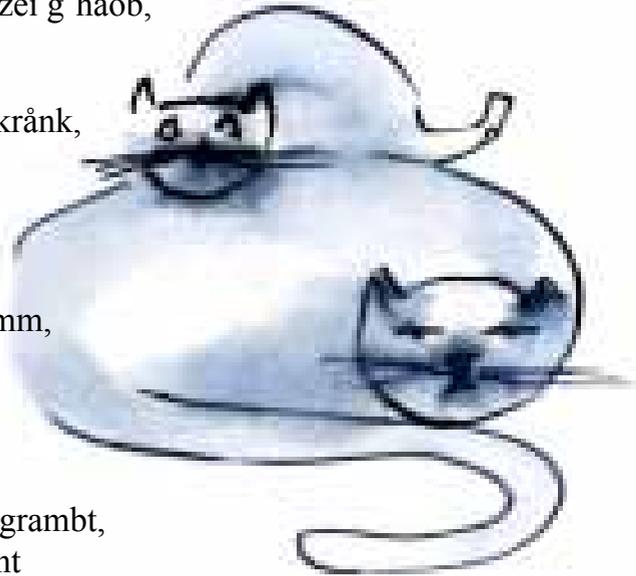
*oder:*

Oans, dös haot a Kranzei g'haob,  
dös is scho dös meine.

Bim, bam, dö Kätz is kränk,  
liegt auf da Ofnbonk,  
da Mesna läut,  
dö Kätz schreit: muh!

Bim, bam, läut ma zomm,  
dö Kätz is kronk,  
lebt neama long.

Mia haot trambt,  
dö Kätz haot MÜch aogrambt,  
da Hund haot grüahscht  
und d'Maus haot gschaut,  
obs nid beud wiascht!



Mausei, Mausei, koch an Brein,  
tua recht vü Budan drein.  
Mia a bissl, dia a bissl,  
an *(Name des Kindes)* an a Schüssl.

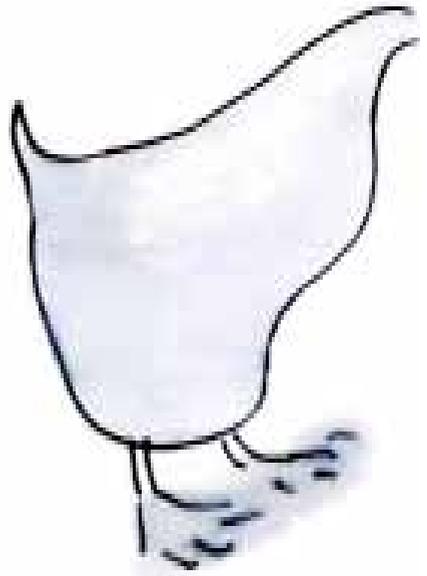
*Mit den Fingern das Krabbeln nachahmen:*

Mausei, Mausei,  
kriacht übas Hausei,  
wo wills rastn?  
An Kitzl, Kitzl, Kåstn.

Kriacht a Mausei übas Hausei,  
wo wills rastn?  
A da *(Name des Kindes)* ihrn gilli, gilli Kåstn.

Eia, popaia, was raschelt im Stroh?  
Das sind die lieben Gänse,  
die haben kein Schuh.  
Der Schuster hat's Leder,  
kein Leisten dazu,  
drum haben unsre Gänse  
noch immer kein Schuh.

Witschl, watschl,  
geht üba dö Bruckn,  
haot Federn für Bett  
am Bauch und am Ruckn.



Storch, Storch Langbein,  
bring uns doch ein Kind heim,  
Storch, Storch, Guter,  
bring uns einen Bruder.

Storch, Storch, Bester,  
bring uns eine Schwester.  
Leg sie in den Garten,  
wollen sie schön warten.  
Leg sie auf die Stiegen,  
wollen sie schön wiegen.

## Zum Trost und zur Belehrung



Steigt ein Büblein auf den Zaun,  
ei, so hoch, man sieht es kaum;  
hüpft von Ast zu Ästchen,  
schlüpft ins Vogelnestchen,  
ei, da lacht es,  
hui, da kracht es,  
plumps, da liegt es unten.

Heile, heile Segen,  
drei Tage Regen,  
drei Tage Schnee,  
bald tuts nimmer weh!

Heile, heile Segen,  
drei Tage Regen,  
drei Tage Sonnenschein,  
wirst bald wieder lustig sein.

## Schwarze Kinderreime

Henei pi pi,  
Henei gå gåo,  
wonnst ma koa Oadei legst,  
stich ö di ao.

Michei, Machei,  
mocht a's Kachei,  
s'Kachei rinnt,  
Michei spinnt.

Hansei, Bansei, Buttabrot,  
haost dö gonze Naosn rot.

Geizkraogn, Hennamaogn,  
boat, i werds da Muattan saogn,  
Muatta saogs an Våtta  
Våtta saogs an Schmied,  
Schmied saogs an Toifö,  
Toifö nimmb dö mit.

Beiß da Katz an Schwanz ao,  
beiß ihrn do nid gonz ao,  
låss ihr no a Stümpei dron,  
dass a bissei wäckeln ko.



Regna, regna, Tropfn,  
dö Buabn muass ma klopfn,  
dö Maderl kemmand a's Seidnbett,  
dö Schlimmen auf dö Dornenheck,

dö Bravn derfnd Kutschnfaohn,  
dö Bösen werdn in dö Donau traogn.

Regna, regna Trupfn,  
dö Buama tan ma schupfn,  
an Dirndln gebn ma an hoafn Wein,  
an Buaman tan ma Wåssa drein.

Wascht nid auffögstiegn,  
wascht nid ochagfalln,  
hättst a Häusei griagg  
und a Kuah dazua  
und a Millisuppn a da Fruah.

Eia, popeia,  
s'Kaibei laft an Weiha,  
kimb a gstutzads Hunddei naoch,  
beißt an Kaibei s'Schweafei ao.

Zwetschnpofe-isn,  
wo bist denn heint gao so long gwe-isn?  
Hon gschaut und ho gspe-icht,  
waos an Himmö obn ge-ih.  
D'Engl homb gsunga,  
d'Maria haot gspunna,  
da Gåbal måcht s' Koch,  
kimb a Engl und will leckn,  
kimb da Petrus mitn Steckn  
und haut eahm auffö aufs Knia,  
dass a bald üban Heascht ocha fia.

## Auszählreime

1,2,3,4,5.....  
hinta meina,  
vo ba meina,  
unta meina,  
güts nid.

Emale, Pemale, ruggadö ra,  
ruggadö, raggadö knui.

1, 2, Polizei,  
3, 4, Offizier,  
5, 6, alte Hex,  
7, 8, guate Naocht,  
9, 10, schlaofn gehn,  
11, 12, kimb da Woif,  
13, gehn ma naoch Weizen,  
gehn ma naoch Po-in,  
da Toifö soid di hoihn.

Ich und Du,  
Müllers Kuh,  
Müllers Esel,  
der bist Du.

Kaiser, König, Edelmann,  
Bürger, Bauer, Bettelmann,  
Schuster, Schneider, Edelmann,  
Doktor, Tischler, Bettelman.

1 2

3

4

5

6

7

8

9

# Spiele

## Sautreibn

Beim Sautreibn hat ma a Grüabei a'd Erdn gmocht und ungefähr an Meta davo im Kreis um dös umma no a vier a fünf Löcha. Mitn Sautreibschlägl a da Hond is ma an Kreis außt umandum gonga und haot dabei gsaogg:

*„Zomm, zomm, za Kraut und Koch,  
a Niada a sein Loch.“*

Donn haot ma dös Dözei, waos a da Mitt an Grüabei inn gle-ign is, mitn Schlögl aussaschlaogn müassn und dö Mitspieler homb gschaut, dass ös wieda a'd Mitt eichö bringand. A jeda haot gschaut, dass er eahms wieda we-ick daschlägt, dass s'Dözei nia as Mittngrüabei dakimb.

Wonn ausstumma 6 Löcha sand, müassatn 7 Spieler sein, dass Oana allweil auf d'Schnoi kimb, dös Gschpü hoasst a dösdwe-ign „Sautreibn“.

## Farbenspiel

Auf einem Gummi- Gummiberg  
dao sitzt a Gummi- Gummi-Zwerg.

Wia schaut a aus?

*(irgend eine Farbe nennen, z. B. blau)*

Haost du dö Farb an Dir, so zoag si mir

*(sonst Pfand hergeben).*

Ballspiel für eine Person

I bi a Student,  
i wäsch mir dö Höndt,  
i trockne sie ab,  
i stecks in den Sack,  
ich kämme mich fein  
und knie mich nieder  
und bete zu Gott  
und steh wieder auf  
und fang den Ball  
drei mal mit einer Hand auf

*(jeweils den Ball an eine Wand werfen und mit den Händen an Rücken klatschen).*

Ratespiele

*Man gibt beide Hände hinter den Rücken, versteckt in einer Hand etwas bzw. zeigt mit den Fingern eine Zahl:*

Windl, wandl, woichas Handl?

D'Antn homb an Kittl g'schissn,  
wia vü Löcha hombs eah z'rissn,  
1, 2, 3, 4, 5?





# SPRÜCHE

## Übers Wetter

Heint haots a netts Modlwe-ida, wa's zan Je-idn nid laob.

We-ida ge-ih ocha und kimm nid glei, dass sö dö Knecht toi schleind.

Wonn d'Wegnarrn hinauf gehnd, wiascht s'Wetter schö und wonns heraogehn, fongts gwiss a Sau on.

Wonn d'Henna ban Regn untastehnd, is glei wieda schön. Wonns åba im Regen draußen bleiben, mögn ma ins auf a nettla loabare und naossare Tag richtn.

Wonn a Kind a'd Noitaf kimb und a's is van a lödiga Muattan, åft werdn an Summa d'We-ida extra bös.

## Über die Frauen

Dö Betschwestan tand woi an Herrgott dö Ze-ichn ocha-beissn.

Dö Zweit haot an güldan Årsch.

Dö geht eahm auf d'Seit wia a Dungwågn.

Dös is a Hintniedaheiröt (*d.h. nicht standesgemäß*).

Bald d'Weibaleut dö fufzga Jaohr übaständtn homb, nåcha sterbns übahaupts neama.

Dia Zwoa sand a schon vorn Zammleutn Kirchn gonga.

oder Sö homb Pffingstn vor Ostern gfeiascht.  
(*eine voreheliche Beziehung*).

A Weibane ko an Fischtach mehr we-ik traogn,  
wia a Baua zomb Ross und Waogn.

Über die Männer

“Bua, so an altn Tschärggn mecht i nid ameu naoch-  
gschmissna”, saogg d’Nanö za da Meud, wia dö mit ihrn  
noi’n Tschamstara viegonga is.

Na, dös is da do so a Stanggalanskö, i woäß nid, is a ob-  
num z’kuschz oda untum z’long?

Na, dea haot a Löng wia da Sunnawendttaog!

So a Starggl is do a no a Mensch!

Dea kimb dahea wia da Sumazeiga mit sein aufdaggltn  
und aufgranztn Huat.

Na, da Noo haut üba d’Anz!

Wonn eahm s’Dummsein weh-i tat, miad a den gonzn  
Taog schrei’n.

Dea loig wia a Staodtbot.

Mit dia Staodtfragg muasst dö gonz Zeit halbherrösch  
redn, sinst vastennands allweil fäi!

Der haot a Zöchtn wie a Elssngsteid.

Kloane Mannl, große Wunder.

Wonn a a wenk schauat, åft fundt a scho ebbas.

Über die Kinder

Dö Gschnagga tand heint so brav Guggabergn und Doippfonga, hiaz is an Haus herinn wie wonn a Mühl aoköhscht wa.

Dös Bual is ja da reinste Broathorndax, wonn a mit so an Wicht übas Klopfarach spring!

So, und hiaz schauts, dass an Schwung kembs!

Sein tuast Du schon do so a ungfustalata Tampaleng!

Lebensweisheiten

Waos s'Haus haot gschlundtn, wiascht alls wieda gfundtn.

Wonn da Bettler auf's Ross kimb, åft reit't a sö ztod.

Besser ebbas daboatn wie daspringa.

Du bist a nid glern'ta van Himme gfalln.

A tiafe Gruabn lässt si a ausschöpfn.

So hoäß wie's kocht weascht, wiascht nix gessn.

Tadel

A scheiköga Aofiest bist Du schon do, dass glei migla is!

Wonn i mi eh so schlein, dös wa dechta a zussaregö und  
zeesögö Weis!

Na, dös Gwandtl steht da on, wia an Fåck d'Hörna.

Wonnst an Daoher hättst, warst frühahra gonga!

Der is ma ban A... liaba wia da Ona ban Gsicht.

Aussaschaun tuast, as wia d'Henn untan Schwoaf  
*oder* wia a gspiebne Geaschtn!

Do gehts zua, wia ban ewign Leben, netta niid so heilig.

Heint bist woi mitn denggn Haxn aufgstonctn!

A Guata brings eicha und um an Schlechtn is eh nid schåd.

## Gemischtes

So hoaggl, wia ban an Bauan weascht dös nit sein, haot dö Dirn gsaog, wia's voi Dre-ick und Gstonk a d'Stubn eichöpflätscht is, weils a dö Bitzn eichö gfalln is.

Mei Liaba, dös is a nid gonz z'kauschad.

Um Oalafö is eu Taog zan ummilaffn a dö Kirch gwehn zan Läuten.

S'Söchthal muasst einde-ikna, sinst zlexnds da z'feindla.

Dao steht a dö Kirch fi'n Tuu'n auf!

Dö *oder* Der is a no nid gonz üba's Hiefeloch auffa.

Teufe, hiaz geht's neama, haot a saog, wia alls scho z'spat gwe-in is.

Mit dö Oan an Huus und mit mia an Zees!

Dao müassatst jä d'Händ übas Kopf zommschlaogn.

Dö Zwö homb Zwoa'n zuaglost, dafi hombs dö Zwo ausgricht.

Hia und dao huss i heud, åba moanst, as gang a Schuss ei.

## Tierisches

Antiam mechst scho rean wia a Kuah.

A Kuahmauö voi nehma.

Auf und da Kuah naoch!

Rugei, steh ummö, dass dö Kathrein a no an Plaotz haot.

Dö Woch brauchts an Hund nid onhänga, weil dö Woch d'Schmalzpater kemmand.

Dea guat ongricht Hennadeuggn weascht ea d'Oa scho aussaziezn!

## Pinzgauerisch

Stoßnd zwoa Fremde zomm, åft hoasst's: "*Entschuidegns!*", dao saogn mia oafach: "*Ächa!*"

Vastehn ma an Ausweaschteng nid, fraogn ma nid long naochö und saognd glei: "*Haa?*"

Dafraogn mia ebbas Nois, saogn ma glei: "*Heu!*"

Ge-ihts oan schle-icht, låss ma d'Hoffnung nid sinkn und saogn: "*Dös Boisei weascht ins a neama umbringa vorm Sterbn!*"



# KUHL-TIPPS

## Ablöschen

Ablöschen heißt, dem gerösteten oder geschwitzten Nahrungsmittel einen Guss Wasser zusetzen. Nachdem muss man alles glatt rühren, dann erst füllt man mit Milch, Fleischbrühe oder Wasser nach und salzt zum Schluss.

## Abwellen

Abwellen heißt, Gemüse oder Teigwaren in viel Salzwasser weich oder halbweich kochen.

## Ananas

Frische Ananas dürfen nicht mit dem selben Messer, mit dem sie geschält wurden, aufgeschnitten werden. Die Schale enthält nämlich eine Säure, die Entzündungen an Mund oder Lippen verursachen könnte.

## Apfel schälen

Wonn ma Äpfel a pao Minutn an a hoäß Wåssa legt, åft lãssnd s si wia Easchtöpfe schoi'n.

## Backen im tiefen Fett

Das Fett darf niemals überhitzt werden. Zu den Rezepten wird ein gutes Mischfett, zum Beispiel halb Butter, halb Schweinefett, Butterschmalz oder gutes Backl verwendet. Feine Küche verwendet nur reine Butter, da heits aber aufpassen, dass es nicht zu heiß wird.

### Backwerk

Backwerk wird ganz wenig gesalzen, das Salz wird zuerst zum Mehl gegeben.

### Bananen

Überreife Bananen werfe ich nicht weg. Pürieren, zuckern und mit Milch auffüllen, das ergibt ein gutes und erfrischendes Getränk.

### Blaukraut

Blaukraut weascht schö sämög, wänn ma a bissl an Reis mitkocht.

### Braten

Haobs an Braotn an Röhrl inn, deatsn já glei mit a hoabn Suppn oda hoabn Wássá aufgiassn. Mit kalten Wássá weascht s'Fleisch höscht.

Brennt oan gao ameu da Braotn on, weascht a wieda tadellos, wonn ma s'Fleisch naochn aoschneidn va de vabrenntn Eschta an a noie Rein legt und a Prise Natron za da Soß gibt und s'Fleisch föschtög braodt.

### Bratenfett

Bratenfett wird gern zur Geschmacksverbesserung bei Gemüse verwendet.

### Bratensoße

Bleibt da a Braotnsaoft üba, fülln in an Eiswürfelbehälter und lássn an Tiefkühlfach fest werdn, nâchand dia Würfei oanzeln an a Folie wickeln und an Gfrierfach aufghaltn.

So haost allweil an guatn Gschmaoch fi a Braotnsoß zan hernenma.

Braotnsoß weascht vü gschmachöga, wonn ma a Apfelscheibn dazuatuat und mitbraotn lāsst. Ma kunnt åba a a bissl Zucker an an Pfannl bräunen und mit Apfelsaoft aolöschn und den Sud a'd Soß giaßn.

### Bratfleisch

Bratfleisch wird mit Salz und Pfeffer eingerieben und im heißen Fett auf ziemlich lebhaftem Feuer allseitig hellbraun gebraten, dann erst zugedeckt und auf kleinem Feuer weiterbrutzeln lassen. Ist der Saft eingebraten, darf man immer nur mit warmen Wasser aufgießen.

Zartes Ochsen- und Hammelfleisch darf immer noch rosa sein, Schweinefleisch dagegen wird immer durchgekocht oder durchgebraten.

Bratfleisch, auch Naturschnitzl, wird erst gewendet, wenn es eine hellbraune Bratkruste hat.

### Bratwürste

Bratwürscht platznd nid auf und spritznd dö nid on, ma muass sie auf boadö Äschta mit a Nådnl onstechn. Ma kons a mit hoabn Wåssa übabrühn und aotrickna. Passts auf, dass ban Braotn d'Hitz nid z'groß is, sinst hombs glei austum a schöne Farb und innabei sands no gonz kalt. Wonnst ea nebns Braotn a wenk an Zucker drübastrast, werdns extra knusprig und gschmachög.

### Broccoli

Ban Kochn van Broccoli weascht a da Kuchö koa lästiga Gruch, wonn ma ban Siadn a Scheibn Brot mitkocht. Braot oda dünst an Broccoli nia in Fett on, sinst weascht a zach.

### Brösel

Früher, wie noch nicht Lebensmittel leichtfertig verurasst wurden und Brot jedem heilig war, hat man Scherzl und Reste gedörrt, in einem Tuch mit dem Wellholz zerdrückt, gesiebt und als Paniermehl verwendet.

### Brot frischhalten

Brot halte ich frisch, wenn ich es in einen Steintopf lege und mit einem feuchten Tuch bedecke.

Brot bleibt im Brotkasten länger frisch, wenn man ein Stück Apfel oder eine Scheibe geschälten, rohen Erdäpfel hinein gibt.

### Brot lagern

Schwäszbrot soid ma nia mit an Weißbrot a oana Brot-dosn aufghaltn, sinst schimmelt's vü eher.

### Butter

Dass da dö hoäß Butta a da Pfonn inn nid z'braun weascht, muasst a pao Trupfn Tafööl eichötoa, åft fehlt da schon nix.

Is die Butta van Kühlschronk ausa recht höscht, schwoab i a Schüssl mit siadenga Wässa guat aus, trickns husög ao und stülp's üba dö Butta. Sie is glei amal streichfähig und zgeht nid.

Brot schneiden

Noibächns Brot soid ma mit an wärma Messa schneidn, åft broslts nid a so.

Buttercreme

Wånn ma dö Buttercreme ameu g'rinnt, hilf i ma a so: dao låss i an Würfel Kokosfett gonz hoäß werdn, schütts glei a dö Buttercremmasse und rühr so long um, bis d'Masse gonz glått is.

Butterteig

Butterteige werden mit kalten Zutaten bereitet, kurze Zeit geknetet und über Nacht, oder einige Stunden an einem kühlen Ort ruhen gelassen.

Cremen

Cremen werden, wenn die Eier beigefügt worden sind, nur fast zum Kochen gebracht. Cremen verdickt man, um Eier zu sparen, mit angerührtem Mondamin.

Dämpfen

Dämpfen heißt zugedeckt, mit wenig Flüssigkeit im Dampf kochen lassen.

## Dünsten

Schwitzen (dünsten) heißt Mehl, Zwiebeln, Gemüse etc. in heißem Fett unter Rühren leicht gelblich werden lassen.

## Eier kochen

D'Oa springand ban Siadn nid auf, wonn ma's auf da stumpfn Seit mit a Nådl onsticht und a's Siadwåssa a wenk Essig schütt.

Kochte Oa låssnd sō leichtha aoschoin, wonn ma's an Salzwåssa kocht und nåchand sofort mit kaltn Wåssa aoschreckt.

Onbrochne Oa ko ma sogao no siadn, wonn ma's an a Alufolie wickelt und als Siadwåssa a bissl Salz tuat. Dao mögns nid auslaffn und hinein kimb a nix.

Hart gekochte Eier bekommen keinen hässlichen, dunklen Rand, wenn man sie nur fünf Minuten kocht und dann noch acht Minuten ziehen lāsst.

Gekochte Eier lassen sich ganz leicht schålen, wenn man sie vorher eine halbe Minute ins Gefrierfach des Kühlschranks legt.

I leg hartkochte Oa a's Wåssa va einglegte Gurkn, dao werdns onnascht gschmachög!



### Eier lagern

Oa soid, ma nia mit stark schmecknde Lebensmittl lagern, dö Schaln va oan Hennaoha haot ban a 10.000 Poren, dia an Gruch aufnemmand.

Eidotter, die nicht sofort verwendet werden, bekommen keine Haut, wenn man sie in eine Tasse gibt und mit kaltem Wasser übergießt. Auch Eiklar kann man tagelang so frischhalten.

### Eier verarbeiten

Eier verquirlt man mit einer Gabel oder einer kleinen Schneerute.

Eier binden eine Speise gleich wie Mehl.

Heiße Flüssigkeiten schüttet man langsam unter stetem Schlagen des Eies drauf, um das Gerinnen zu verhindern.

Oaklao lässt sö schneller za Schnee schlaogn, wännst a bissei Salz oda Kristallzucker dazua tuast.

Eischnee wird immer zuletzt und leicht unter eine Masse gezogen und diese sofort gebacken.

### Einmachgläser

Einmachgläser lässt sö leichta auftoa, wonn ma's kuschz vorher aufn Kopf stellt und in hoäß Wåssa taucht.

### Ente

A Ant weascht vü besa und extra gschmachög und knusprig, wons nebns Braotn zoanstla mit Honig bestrichn wiascht.

### Erbsen sieden

Um Erbsen oda Bohnen woach zsiadn, legt ma an Glaoscherbn a's Wåssa. Naochn Siadn åba gach aussatoa, dass'n ban Essn jå neamb dawischt! Hülsenfrüchte ko ma åba a 8 bis 10 Stundn an an Wåssa einwoackn.

### Erdäpfel

Alte Easchtöpfe sand neama so guat wia dö noi'n. Mit an Suppnwürfei oda Suppnwürze lāsst sö da Gschmaoch und d'Farb vabessan. Aufpassn, jå nid z'vü salzn!

Erdäpfel werden mehlig, wenn man sie auf dem heißen Herdrand oder auf kurzem, kleinem Feuer, also bei nicht zu großer Hitze, abgedeckt dampfen lāsst.

### Essig

Trüabn Essig ko ma auf a oafache Weis klärn, wonn ma auf jedn Lita 2 Teelöffel voll frische Milch giaßt. Den onnan Taog giaßt ma den Essig vorsichtög ao und lāsst den Bodnsaotz zruhg. Is wieda ebbas van Saotz eichökemma, wiedaholt ma dö Umschüttarei no ameu.

### Essiggurken-Wasser

Wonn dö Essiggurkal van Glaos aussa gao gwehn sand, schütts jå dös Gurknwåssa nid weck, dös gibt da Salåtmarinade no an extra guatn Gschmaoch.

### Faschiertes

Faschiaschts Fleisch weascht saftög und locker, wonns aussa da MÜch und den aufgwoacktn und leicht ausdrücktn Semmeln no an Schuss Mineralwasser dazua teats.

Faschierter Braten fällt nicht auseinander und lässt sich besser schneiden, wenn man Haferflocken zugibt.

Fett in der Pfanne

Fett, Schmalz, Butter oder Öl soid ma allweil erst a dö Pfonn toa, wonn dö zeascht hoäß gmacht wordn is.

Fisch

Fisch lässt sich leichter schuppn, wonn ma's vorher kuschz in hoäß Wåssa legt und mit kaltn Wåssa aoschreckt. Schuppn muass ma's mitn Messaruckn und zwår van Schwonz bis zan Kopf.

Fisch zfallt da vorm Wendn a da Pfonn nid so leicht, wonn ma a's Braotfett a wenk an Zitronensaoft dazuagibt.

Fische legt man in Wasser, das eben gekocht hat und ruhig ist, also „ziehendes“ Wasser, niemals in kochendes Wasser legen.

Will ma, dass s' Fischfilet recht schön knuschprig und braun weascht, soit ma untas Paniermehl a wenk an Parmesan mischn.

Wonn ma an Fisch an a Alufolie an Rohr braotn will, muass dö glänzat Seit innabei sein, åft pickt da Fisch nid on und weascht a schneller durchbraotn. Schaodn tuats nid won ma d'Folie a no bebuttascht.

Flasche als Nudlwoiga

In a Flaschn füll i a kalts Wåssa ein, wonn i an fettn Toag auswoig, ban an onnan kons wårn sein und dann pickt gwiss da Toag nid on.

### Fleisch lagern

Traogst a Fleisch hoam, lass ja nid löngas an Plastiksaock, der zuaknupft is, drein. S'Fleisch muass ma glei aussa-toan und eventuell soid ma's glei mit Oi einpinseln, an Kühlschränk stelln, so hält's länga frisch.

Will ma a frisches Fleisch oanögö Zeit vorm Vaderbn schützen, so löst ma an an guatn Essig Salz und a wenk Zugga auf und sieadt dö Mischeng a pao Minuten. Is da Sud kalt, bestreicht ma s'Fleisch auf alle Seitn damit. Zuadeckn muass ma's nochand schon, sinst sand glei d'Floign dabei.

### Fleisch mürbe machen

Hombs ban an Bauan a recht alte Kuah, so a Roggl gschlaogn, hombs ihr vorn Schlaogn no an Schnaps ein-gebn, damit s'Fleisch schö mürb weascht.

### Fleisch schneiden

Wonn ma a Fleisch, a rochs, dünn ochaschneidn wü, soid ma's zeascht a Boisei a's Tiafkühlfach eichölegn, dass a wenk sta weascht, åft gang's mit an Messa, mit da Brot-schneidmaschin oda mit an elektrischn Messa nobel zan schneidn.

### Fleisch waschen

Frischs Fleisch soid ma an an hoafn Wåssa wåschn, kalts Wåssa entziacht an Fleisch dö wichtögstn Nährstoffe.

### Fleisch-Fondue

Fi dös soid ma dö Fleischwürfel üba Naocht an a Tuach einwickeln, dös soid mit Weinbrändt tränkt sein, dao werdn d'Fleischwürfel extra zart.

### Fleischlaibchen

Dass dö Fleischloabei schön saftög und nid z'truckn werdn, muasst, wonnst dö Semmei in MÜch aufwoakst und ausdrückt haost, zeascht dö MÜch mit Mineralwasser verdünnen.

Fleischloabei werdn gschmachöga, wonn ma dö Semmerl staod an WÁssa an a Fleischsuppn einwoakt.

### Fleischsuppe

Fleischsuppn weascht kräftiga in Farb und an Gschmaoch, wonn dö Boa vorm Siadn z'hackt werdn. Zeascht soidst ös åba a wenk onröstn und nåchand mitn Wuschlwerk siadn.

Um a klare Fleischsuppn z'griagn, is notwendig, dass dös Fleisch mit kaltem WÁssa zuagstellt wird.

Die Fleischbrühe wird klar, wenn man eine kleine Zwiebel samt der Schale mitkocht.

### Fond

Fond hoasst der zurückgebliebene Fleischsaft beim anbraten. Erst mit Wasser-Zusatz ergibt er die Soße.

### Geflügel grillen

Damit Geflügel ban Grillen saftiger weascht, soid ma's vorher mit Zitronensaft beträufeln.

## Gelee

Wenn ich einkoche, gebe ich die Hälfte des Gelierzuckers erst nach dem Aufkochen dazu, damit die Marmelade nicht zu flüssig wird. Das Gelee wird so viel schneller fest.

## Gemüse frischhalten

Gmüas und Salate haltn länga frisch, wonn ma's an a feuchts Seidnpapier wickelt. Dö Zwiebel dagegn soid ma an a truckns Seidnpapier einwickln, nächand treibns ban Lågern nit aus.

## Gemüse kochen

Alle grünen Gemüse werden immer im offenen Topf gekocht, dadurch ist es schmackhafter und ansehnlicher. Eisernes Kochgeschirr eignet sich nicht für Gemüse und Obst.

Frisches Gemüse soid ma in gonz wenk Wåssa siadn. Dös Sudwasser haot wertvolle Mineralstoffe, ma kunnt dös Wåssa als Grundlaog fi Suppn oda Soßen heanemma.

## Gemüse

Frisches G'müas, wie Erbsn und Fisöln, bleibn schö grea, wonn ma's naochn Kochn mit kaltem Wasser aoschreckt. Is oan s'Gmüas oda da Eintopf a wenk z' dünn graotn, brauchst glei a wenk a Easchäpfepüreepuiva einrührn, åft weaschts schön sömög.

S'Gmüas is übahaups a wenk hoaggl zan behandln. Gurkn und Karfiol derfnd nid mit Paradeiser zomm aufghaltn werdn. Dö Paradeisa scheidn a Gas aus, dös vadirb dös onna Gmüas schneller.

S'kochte Gmüas soid ma nid zlong wärmhalt, liaba kalt werdn lüssn und no ameu aufwarma, sinst valiaschts an Gschmaoch und d'Farb und d'Nährstoff sand a dahin.

### Germ prüfen

Gonz leicht kon ma prüfn, ob dö Germ woi nid schon z'alt is. Tuast a Trümmei Germ an a hoabß Wåssa, steigts glei auffa, äft woabß ma's gwiss, dass no triebkräftig is.

### Germknödel

Die Germknödel werden schön locker, wenn ich dem Kochwasser eine Flasche Mineralwasser beigebe.

### Gewichtsmaße

1 Tasse ist ungefähr 1/4 lt.

1 Schalerl Grieß oda Reis sand 15 bis 20 dag.

1 großer Esslöffel Mehl 5 dag.

1 Teelöffel Mehl oder Salz 1/2 dag.

1 gstrichen voller Esslöffel Fett ist 2 dag.

### Gewürz

Van Gewürz a da Kuchö is da Gesundheit d'Muskatnuss exta zuatraglich. Pfeffa dagegn soid liaba spaosom vawendt werdn.

Weils oft recht müahsom is, mitkochts grobs Gwürz aus da föschteng Soß aussazfischn, tands d'Nelken, Pfefferkörna oda Lorwalab an a Teeoa und lüss't's ös mitkochn.

### Gewürze - für welche Speisen?

*Gwürznelkn* - ba ins hoabßns Rassnagei - homb an stoachn Gruch, dao derfst nia zvä hernenma.

S'Neugewürz oda *Piment*, wia da Jamaikapfeffa hoasst, soidst a spaosom vawendtn.

Ban *Paprika* geids den süaßn und den scharfn, ba den hoasst's a aufpassn, der is onnascht rass.

Den schwäschzn und weißn *Pfeffa* soidst allweil eascht kuschz vorm Gebrauch mahln.

D' *Muskatnuss* gibt mit ihrn Aroma ba vü Speisn eascht den Tupfn aufs i.

Wacholder - *Granawendböö* - sand narrösch gsundt und a da Kuchö braucht ma's zan Soßn vabessan, ban Wildbret und ban Fleisch einsalzen notwendig.

*Kümmel* is dös wichtögöst Gewürz fürn Schweinsbraotn, an Brottoag dre-in, za Suppn, zan Weißkraut, der haot ba dö Kuchiweiba a groß Onse-ichn.

*Koreander* weascht als Würze za Suppn, Soßn und zan a gschmächeng Weihnachtsbäckereien hergnumma.

D' *Lorbeerblattl* g'hörn za Soßn, Fisch und Wildbret, za da Easchtöpfösuppn sands nid weckzdadenkn, a zan a Boaz braucht ma a Lorwalab. Nie zvä hernenma, sinst werdn d' Speisn z'hantög. Za Liachtmessn hätt a Baua gern a guate Dirn gfriemb, si soid za ea kemma, bua, saog a, mia homb onnascht a guate Kost, an a niadn Suppn a Lorwalab drei!

S'Kuttlkraut is da *Thymian*, as gibt an wilden und an Gaschtlthymian. Da wilde is äba vü würziga, desdwe-ign

nehmand d’Haubnkoch den liaba her. Brauchn tuat man za Fleisch, Gmüas und zan einboazn. Als Heilmittl ko man nid entbehrn, homb dö Kinna a Kiefö- oda a Rumpöhuastn, geids nix bessas, wia wonn ma ea an dünna Tee van Thymian måcht, a bisl Hönög eichötuat und den zan Trinkn geid, åft is da Huastnreiz gach dahin.

*Majoran* is wichtög ba dö Leberknödl, za Suppn, zan Gmüas und za Soßn. Desdwegn derf dea an an richteng Kuchögaschtl jå nia fehl’n.

*S’Salz* is oans va dö wichtögestn Würzn, åba nid glei fürs Essn, na, a als Heilmittl, zan Fleck ausputzn und fi allerhand gführige Hilfn an Haushalt. Haosst a Sucht, a Salzwåssa aufföschniefen und du haost glei wieda an Durchzug.

*Salbei*, *Rosmarin* und *Basilikum* wiascht zan mariniern va Fisch und Wildbret braucht und ba den Zoig hoast’s ban hernehma, ba dia drei Kräuter is weniga mehr!

Van *Petersil* gibt dös gwiagt Greane a aromatische Würze ba Soßn, Gemüsen, Knödeln, und Suppn und s’Lab als a gonza is allwei a schöna Aufputz ban Onrichtn. D’Wuschzl ghörscht mitn *Sellerie* und dö gelbn Ruabn zan unentbehrlichn Suppngrea.

*Porree* is a lauchartige Pflonzn und kon gonz jung wia Schnittlauch vawendt werdn. Da weiße Teil schmeckt zwiebelartig und weascht a als Gemüse gessn.

Da *Zwiefö* is ban Kochn woi schiaga unentbehrlich. Er ghörscht za Suppn, za Beilaogn, zan Boazn, zan Salât, zan Pürree und za dö vaschiedenen Fleischricht. As geid an rotn und an weißn Zwiefö, åba da weiß is da spanisch, der is da beste.

Da *Knoblauch* haot hübsch an starchn Gruch und Gschmaoch, man brauchtn åba za vü Richtn notwendig, åba zvä derfst nid eichötoa, weil sein Gschmaoch sovö rass is. Ma zdrucktn entweda aufn Schneidbrettl mitn Messa und a bissl Salz oda ma tuat a gonz Ze-ichei a's Kochguat, åba vorm Auftraogn van Essn muass man scho aussatoa. Den einglegten Knofö kuntst zan Koi schon da-backn, åba dao haost halt nåchand den mehran Taog an hübsch an håftndn Gruch ba dia.

Mit a kloana Pfeffermühl oda Gewürzmühl ko ma interessante Mischenga fi Soßn, Ragu's und Suppn heastelln. Dazua nimmt ma *Ingwer, Nelken, Piment, Zimt, Kümmel* und *Koreander*. Bua, dös gibt nåchand an gonz exotischn Gschmaoch!

Glasur aufstreichen

A Glasur lāsst sö a leichta auf da Toschtn vatoaen und deckt besser, wonn ma zan Onrührn a hoabß Wasser her-nimmt.

Glasur schneiden

Dass a Glasur ban Toschtnaufschneidn nid bricht, muass ma a dünns Messa vorher und bei jedn Schnitt in hoabß

Wàssa tauchn. A Schlaogoberstoschn làsst sò so leichta z'toan.

Goldborten reinigen

Zwiebel màcht a Goldbortn sauba. Ma reinigt dia, indem ma's mit an Zwiebeltrümei abreibt und mit kaltem Wàssa nachspült.

Grießnockerl

Dö Griaßnockal wernd extra groß und locker, wonnst an Nockaltoag a Messaspitz Natron eichötuast.

Grillen

Ban Grilln soid ma oane oda zwoa Koblauchze-ichn z'druckn und a d'Hoizkohln strahn, s'Braotguat weascht dao zart gwürzt, dös weascht onnascht gschmachög. Dass Geflügel ban Grillen saftiger wiascht, sollt ma's vorher mit Zitronensaoft beträufeln.

Guglhupf

Germguglhupf wird besonders locker, wenn man die Germ mit Buttermilch anrührt.

Haot da frischbächne Toschn a da Mitt an Gupf, stürzt man glei auf a glätts Tella oda Brett. Naoch a Viaschtlstund is a gwiss gonz ebn wordn.

Wonn da da Guglhupf ban Stürzn guat aussagehn soid und nid hängableibn, muass d'Form guat einfettn und a Boisei an a kalts Oscht stelln und an Toag eascht nochand einfülln.

Guglhupfformen und auch die schweren Gusseisenpfannen sollen nie ausgewaschen werden, man reibt sie

einfach mit einer Küchenrolle fest aus. Wenn man sie auswäscht, bleibt beim nächstenmal backen alles picken.

### Gurken

Gurken muss man immer von der Blüte zum Stengel schälen, nie umgekehrt, sonst werden sie bitter.

### Gurkensalat

Damit Gurkensalat bekömmlicher wird, sollte man eine Messerspitze Senf unter die Salatsoße geben.

Gurkensalat is besser und daleidt a's leichta, wonn ma dö aogschoit Gurk mit hoafñ Wåssa aobrüaht, mit kaltn Wåssa aoschreckt und nåchand eascht hobelt. Er weascht a bekömmlicher, wonn ma dö Salaotsoß mit an Kaffeelöffe Senf anmacht.

### Hagebutten auskern

S' Auskern von Hagebutten verursacht an Händen und Armen und auch manchesmal im Gesicht sehr lästiges Jucken. Man reibt die Hände vor dem Auskern mit Speiseöl ein, dann verspürt man das Jucken nicht.

### Haselnüsse reiben

Haselnüsse lässtnd sö leicht an a elektrischn Kaffeemühl reibn.

### Hefe

Hefe-, also Germteige, werden mit warmen Zutaten im warmen Raum bereitet und zugedeckt ein bis zwei Stunden lang zum Gehen ruhen gelassen.

### Hendl braten

Willst a recht a guats, knusprögs Hennei braotn, muasst ös nebnher öfta mit Bier einpinsln, a ban an tiafgfrorna.

Wonn ma s'Hennafleisch zwoa Stundn vorm Braotn mit Buttermilch übergiaßt, weaschts extara zart und gschmachög.

Teats ameu a so wia dö Chinesn, bestreichts d'Hennabrust und dö Büagei vorm bråtn mit Oaklao, dös måchts recht saftig.

### Hülsenfrüchte kochen

Hülsenfrüchte und getrocknetes Obst weicht man am Abend vorher gewaschen ein. Bei Hülsenfrüchten gibt man einen Fingerhut voll Soda bei. Da die Nährstoffe auch ins Wasser übergehen, wird das Einweichwasser mitgekocht.

Hülsenfrüchte werden schneller weich, wenn man sie nicht im frischen Leitungswasser, sondern in abgekochtem und wieder erkalteten Wasser einweicht.

### Kaffe kochen

Haobts an guadn Topfnkuchn gmacht, dao passt a Kaffee dazua und dass der recht aromatisch weascht, teats auf den griebna, truckna Kaffee a bissl Salz dazua, mia kimb vi, då is a vü gschmachöga.

Wonn ma dö Kaffeekondl nid all Taog braucht, soid mas vorn Kaffee einschütt'n unbedingt mit hoaßn Wåssa ausschwoam, sinst kunnt da Kaffee zan Schluss an muffeng Gschmaoch griagn.

Kaffeedosn aus Blech nehman mit da Zeit an ölung Gruchon, dös kunnt s' Aroma toi beeinträchteng, dös dwe-ign muass ma dö Kaffeedosn z'oanstleng ameu gründla auswäschn.

Fader Geschmack bei Kaffee oder Tee kommt oft daher, dass das Wasser alt ist oder schon einmal gekocht hat. Man nehme daher immer nur frisches Brunnenwasser, niemals abgestandenes.

Derfns koan starken Kaffee trinken, probiern Sie's ameu, dass'n mit Trinkschokolade verdünnen, i moa, åft mögts auf d'Naocht schlaofn und extra guat is dös Getränk a.

#### Kaokao

Dass da Kaukau koane Bröckei måcht, soid ma zeascht s'Puiva mit Griaßzucker mischn und nåchand glei mit a bissl lauwårma Milch aufrührn und hiaz eascht dö siadög Milch drübagiaßn und umrührn.

#### Karfiol kochen

Legs an Karfiol zan Wäschn an a stark gsalzns Wasser, dao lösn sö all kloan Schneggn und Würmei und Muggn. Dass da Karfiol schön weiß bleibt und mild wiascht, soid ma a Tassn MÜch as Kochwasser toan.

#### Karotten

Karottn oda gelbe Ruabn werdn bessa und gschmachegea, wonn ma as Kochwåssa an Schuss Äpfelsaoft dazuagibt.

### Kartoffel kochen

D'Easchtöpfe springand ban Siadn nid auf, wonnst dös Wåssa guat salzt.

Einige Kümmelkörner im Kochwasser geben den Kartoffeln einen würzigen Geschmack.

### Kartoffel schneiden

Gleichdicke Scheibn fi Salaot oda Gröstl grigt ma, wonn ma dö gsottna Easchtöpfe mit an Oaschneida schneidt.

### Kartoffel verbessern

Alte Kartoffeln schmecken nicht mehr so gut. Mit Suppenwürze oder -würfel lässt sich der Geschmack und die Farbe verbessern, aber Vorsicht, nicht zu viel salzen!

### Kartoffelpuffer

Easchtöpfepuffa werdn extra guat, wonn ma's an an Waföeism bächt, da sands a nit so fett.

### Kartoffelsalat

Dieser schmeckt pikanter, wenn man erst ganz zum Schluss Öl dazugibt. Gibt man es vorher dazu, bleibt das Öl an den Kartoffeln haften und verhindert dadurch das Eindringen der Gewürze.

### Käse lagern

Altn und höscht wordner Kas soit ma a Bois in frische Milch legen, äft wiascht a wieda woach und gschmachög. Is a äba gao schimmög a no, dao hüft dös a neama.

Käse schimmelt nicht, wenn man ein Stück Würfelzucker in die Dose legt und diese gut verschließt.

### Käse verwerten

Trockener Käse wird gerieben und ist für die meisten Gerichte als einer der wertvollsten, nahrhaftesten und billigsten Zusätze zu verwenden.

### Keks lagern

Frisch gebackene Keks lagert man lange, indem man sie zusammen mit einem Winterapfel in einen Tontopf legt und diesen gut verschließt.

### Knäckebrötchen

Damit oan s'Knäckebrötchen, wonn ma's mit Butter bestreicht will, nid bricht, legst a zweits, truckns drunta.

### Knoblauchgeruch

Haost Kasnockn gessn und schmeckst van Knoblauch ausn Mund, muasst an Schuglattö essn.

### Knödel

Speckknödel (Tirolerknödel) und auch Semmelknödel tauche ich vor dem Kochen gut in Mehl und drehe sie noch kurz in den Händen, so werden sie schon glatt, verkochen nicht so schnell und bleiben im Geschmack besser.



### Kohl kochen

Der Geschmack von Kohl wird wesentlich besser, wenn man einige Stück Sellerie mitkocht. Außerdem nimmt es den unangenehmen Geruch.

### Kren reiben

Wonn oan ban Reibn oda Essn va den scharfn Kren dö Trupfn ochakuglnd, muasst da van roggan Brot an Reanggn aoschneidn und fest dro schmöckn, dös hülft da auf da Stell.

### Kuchen backen

Kuchn aus Germteig wiascht schön flaumig, wonn ma ban bâchn a Schalerl Wässer a's Röhrl stellt.

Wonn ma d'Nussn oda Rosinen, bevor ma's an Toag eichetuut, mit Mehl mischt, sinkns ban Toag nid aufn Bodn.

### Kuchenformen

Kuchenformen werden ausgebuttert und mit feinen Bröseln ausgestreut.

Wonn da Kuchn nid aus da Form geht, åft stellt ma dense-ign a Boisei auf a naoss Tuach. Auf oameu löst a se nochand leicht.

### Leber braten

Leber und Nieren werden schön zart, wonn ma's vorm herrichn 2 Stund an a Mûch oda Tomatnsaoft legt.

Leba ko ma leicht häutn, wonn ma's vorher an a siadögs Wässer taucht.

Leber, die besonders zart schmecken soll, wird vor dem Braten nicht in Mehl, sondern in Rahm gewendet. Auf diese Weise bekommt sie auch eine schöne, hellbraune Farbe.

### Mayonnaise

Gelatine zur Mayonnaise begeben und das Garnieren gelingt viel besser.

Mayonnaise wird leichter verdaulich, wenn man dazu ein ganzes Ei verwendet. Sie ist mit dem Mixer im Nu fertig. Öl, Senf, Salz und Ei müssen alle die gleiche Temperatur haben.

### Mehl auswählen

Welches Mehl nehma ma fi waos?

Dö Grundlaog fi niadn Toag is dö richtög Wahl van Mehl. *Griffögs Mehl* nimmb a's glei fi Gebacht, wenn dös flaumig werdn soid, fi Mürbtoag, Bisquittoag und a fi onnane Toschtnmassn. *Gmischts Mehl* fi Germ- oda Brondtoag, *glåtts Mehl* is fi Strudltoag und Nudltoag.

### Milch kochen

D'Müch brennt da nid on, wonnst ban Håfn, a den a'sd ös siadst, innabei um an Rond umma Butta schmürbst.

Wonnst a hoafße Müch mit an Eiswürfei aoschreckst, åft weascht da obndrauf koa Haut.

### Mürbteig

Gebäck aus Mürbteig wird locker, wenn man Zitronensaft unter die Eier rührt.

### Obst und Beeren

Obst und Beeren werden in der Messingpfanne am besten eingekocht. Auch die Pfanne glänzt nach dem Einkochen wieder wie neu.

### Obstkuchen trockenlegen

Dass da Obstkuchn ban Belegn mit dö Frücht nid gaoz z'saftög weascht, soid ma, bevor ma's Obst drauf tuat, an Bodn mit Semmelbrösei, wo ma griebne Nussn dazu-amischt, belegn.

### Öl glättet die Wogen

I tua ban Teigwarn- oda Easchtäpfesiadn allweil a pao Trupfn Öl a's Salzwåssa, åft geht nia ebbas üba.

### Omlettenteig

Will man Omlettenteig, z. B. für Zwetschkenpofesen locker und schön glatt haben, darf man für den Teig nur Mineralwasser verwenden, keine Milch. So kann er auch, wenn etwas übrig bleibt, eingefroren werden, um ihn später wieder zu verwenden.

### Orangen

Orangen lassen sich ganz leicht schälen, wenn man sie vorher einige Minuten lang in heißes Wasser legt.

### Paprika

Gsund wa heud da Paprika, er vabessascht an Maognsaoft und is a fi Maogn- und Darmkronke mit schlechta Saoft- und Säurebildeng a guats Diätmittel. Außerdem haot a vü Vitamin C.

### Pfanne erhitzen

Dö Pfonn soid allweil zeascht hoäß gmacht werdn, bevor ma Öl oda Butta drein z'gehn lāsst.

### Pfefferstreuer

An an Pfefferstreuer soid ma a Pfefferkörner eichötoan, za den pulverisiertn, åft werdn d'Strahlöcher nia vastopft.

### Pikante Soße

Geben Sie in die Soßen von Braten und Gulasch eine Zitronenschale. Sehr pikant!

### Pikanter Braten

Herausgeschabte Kerne von Paprikaschoten nicht werfen, sondern trocknen und zum Braten dazugeben, die Soße wird dann pikant und würzig.

### Pilze haltbar machen

Damit getrocknete Pilze bei längerer Lagerung nicht muffig werden, gebe ich einige weiße Pfefferkörner mit ins Glas.

### Pilze reiben

Trockenpilze drehe ich durch die Pfeffermühle, so geben schon kleine Mengen genug Würze für Saucen und Suppen.

### Pizzateig

Pizzateig wird besonders knusprig, wenn man statt Mehl Hartweizengrieß verwendet.

### Polenta, Hafergrütze

Polenta und Hafergrütze werden vor Verwendung in lauem Wasser aufgequollen. Grieß wird immer in kochende Flüssigkeit eingerührt.

### Radieschen frischhalten

Radieschen und Radi bleiben länga frisch, wonn ma's mitn Kraut naoch untn an a Gschirl mit Wåssa stellt.

### Reis kochen

Dös richtög Maoß ban Reisdünstn is euwei oa Schäiei Reis und zwoa Schäiei Wåssa. Dass a an guatn Gschmaoch haot, tua i a Suppnwürze eichö und salzn a schon a wenk und låssn glei kloa köcheln und rühr nia um. Ausdünstn låss ihn nåchand no a Bois, åft kuglt a da schön Körnei fi Körnei ocha.

Reis wird körniger, wenn man ihn in einem Metallsieb ins Kochwasser hängt. Der Reis muss gut mit Wasser bedeckt sein und 12 bis 15 Minuten bei kleiner Hitze kochen.

Nicht umrühren, Deckel nicht ganz schließen! Nach dem ausquellen den Reis kurz im Sieb abschrecken und abtropfen lassen.

### Rhabarber kochen

Rhabarber koche ich mit Gelierzucker, er wird schön sämig und schmeckt auch besser.

### Rindfleisch

Haost fi a Suppn a Rindfleisch van a altn Roggl dawischt, tua an Schuss Essig a's Kochwåssa und dös zachöst Fleisch wiascht weacha.

### Rindsbraten

Dass enk da Rindsbraotn nia zach und truckn wiascht, muasst dös beachtn: er derf naochn braotn nid sofort auftraogn werdn, sondern muass man a 5 Minutn råstn låssn

und nâchand no ameu kuschz an Rohr inn naochbraotn.  
Dieser wird besonders saftig, wenn man ihn vor dem Anbraten kurz in kochendes Wasser taucht. Anschließend gut abtrocknen.

### Rindssuppe

A klaore Rindssuppn griagst a, wonnst a sauba gwâschne Oaschaln mitsiadst und d'Suppn langsam köcheln lâsst.  
Wonn oan viekimb, dass d'Rindssuppn oafach koan guatn Gachmaoch haot, tua a bissl a Faschiaschts Fleisch drein, nâchand weaschts onnascht gschmachög.

### Rollschinken

Dös Netz va dö Roischinkn soid ma vorm Siadn umandum a wenk loggan, åba nid ochaziachn, so bleibt nâchand nix aufn Netz hânga.

### Rosinen für Kuchen

Wonn ma Rosinen für'n Kuchn üba Naocht in Rum legt, entfaldn's im Kuchn a wunderbares Aroma.

### Rührteig

Damit mein Rührteig besonders locker wird, gebe ich vor dem Durchmischen der Zutaten einen Esslöffel Salatöl dazu.

### Salat anrichten

Dös Wichtögste ban Salât onrichtn is, dass man naochn Wâschn nid an an Wâssa liegn lâsst, sondan an a Seich oda an a truckns, saubas Gschirrtuach tuat und d'Marinade onricht und hiaz eascht dö Salâtblattl druntamischt.

### Salat auffrischen

Wonn greana Salât scho a wenk zodarög is, ko man mit a Auffrischeng wiede schö mächn. Dao tuat ma an Saoft van a halba Zitrone und a pao Scheibn rochö Easchtöpfö a's Wäschwässa und lässt's a 10 Minutn dö Battl drein woackn. Dö Zitronensäure gibt ea wiede d'Frischn und d'Stärke dö Festigkeit an Blattln. Aba nid z'long woackn lässtn, sinst wernd z'vü Vitamine we-ickgschwabb.

### Salat frischhalten

Da Kopfsalât hält sö vü länga frisch, wonn ma an Strunk kreuzweis einschneidt und an a fläche Schüssl mit wenk Wässa legt.

### Salatsoße

Zur Zubereitung meiner Salatsoße gebe ich alle Zutaten (Essig, Öl, Kräuter, Gewürze) in ein Schraubdeckelglas und schüttle gut durch. Die Soße kann erst im letzten Moment in den Salat gemischt werden und er bleibt knackig frisch.

### Salz

Um z'vahiarn, dass s'Tafelsalz feucht weascht, soid ma a bissl Maismehl drunta mischn, so bleibt s'Salz allweil trocken.

### Salzen

Die Speisen werden alle anfangs gesalzen, jedoch so wenig, dass sie durch längeres Kochen nicht zu salzig werden.

### Soßenvorrat

Ma vamischt a Tassn woache Butter mit a Tassn Mehl und streicht dö Mischeng an an Eiswürfelbehälter zan Eingfriasn. Fi a dickane Soß gibt ma oan Würfel an a Tassn MÜch und lāsst dös unta ständeng Rührn long-som aufkochn. Nachand no dö Gschmach dazuatoo an und aoschmeckn.

### Speck schneiden

Da Speck lāsst sö leicht und gleichmäßig schneidn, wonn ma s'Messa vorher an a hoäß Wāssa taucht.

### Speiseöl

Ranzög wordns Speiseöl weascht wieda z'brauchn, indem ma a kloans Sieb nimmt, legt a Leinenflecke eichö, dös üba dö Seitwänd auffasteht. Hiaz strah ma feinpulverisierte Holzkohle drauf und giaßt dös ranzög Öl drüba. An Hafn untinn haot ma hiaz wieda voiständig gereinigtes Öl.

### Spieße braten

Will ma Spießerl machen, muass ma dia unbedingt vorher fest mit Öl einreibn, sint haost allweil dös Gflöda, dass ma s'Fleisch so hart ochabring und wonns sö dö Fleischbröckn auf a meu lösen, kunnts da amendte auf da Nachbaren ihrn Seidnschurz londtn.

### Spinat

Kochta Spinat derf nia aufgwarmb werdn, dao kunntn gsundheitsschädliche Stoffe freigesetzt werdn.

### Staubzucker

Brauchns schnell an Staubzucker und homb koan an Haus, nächand mahlns oafach an Kristallzucker a da elektrischn Kaffeemühl und schon hombs den feinstn Staubzucker. A Mohn låssad sö mit da Kaffeemühl a guat mahln. Is da da Staubzucker zommgstondtn, muasst glei a Stuck schwäschz Brot eichötoan, nächand geht da Zucker wieda vanondt.

### Suppe versalzen

Haost da ameu d'Suppn sauba vasalzn, rühr oas oda zwoa Oaklao eichö, dös nimmb dös mehra Salz auf und zan Schluss muass ma halt d'Suppn durch a feins Sieb giaßn, åft bringt ma s'Eiweiß wieda weck. Is oan d'Suppn trüab wordn, hilft dös mitn Oaklao a. Wonn dö Köchin narrisch verliebt ist, kann es schon passieren, dass sie die Suppe versalzt, aber die kann man noch retten, indem man einige Scheiben rohe Kartoffeln hineingibt und noch etwas kochen lässt. Die Suppe ist wieder schmackhaft.

### Suppen-Grünzeug

S'Greazoig weascht vü leichta woach, wonns mit wårma Wåssa aufgestellt weascht.

### Taost

Dass da Toast richtög guat und nid so truckn is, muass ma zeascht dö Scheibn onla mit Butter bestreichn. Ba da untaröstn Scheibn muass dö Butterseitn zu Dir schau, nächand tuast s'Fleisch, Kas usw. drauf und und ban obaröstn Brot muass a dö Butterseit naoch obn schau, damit

durchs Brot durch dö Butter rinnt. Du kriagst dao an herrlichn, knuspregn and saftenga Toast und a niada weascht dir'n lobn.

Wonn i an Toast mach und zwischn an Schinkn und Speck an Kas tua, soid der gonz kalt sein, åft rinnt a ba Toastn nid aus.

Tee

Wonn ma an Tee glei 2 bis 3 Minutn ziachn lāsst, wirkt a anregnt. Naoch 5 Minutn, länga soid a übahaupts nia ziachn, dao wirkt a beruhigend. Nach da Farb braucht ma da nid gehn, weil a niade Teesortn untaschiedlich is. Kräutertee soidn übahaupts kuschz ziachn, weil dö Naturkräuter sehr intensiv wirkn.

Teig für Omletten und Nudeln

Mehl für Omletten, Nockerl oder zu Apfelnudeln, auch Moosbeernudeln, wird mit Wasser angerührt, als dicker Teig gut durchgearbeitet und erst wenn er glatt ist, mit Eiern und Milch verdünnt. Natürlich muss der Teig zu Nockerln oder Apfel oder Moosbeernudeln fester sein wie zu Omletten. Die Früchte erst kurz vor dem Herausbacken in den Teig rühren!

Teig verdicken

Teig verdickt man durch einstreuen von Mehl, Maizena oder feinen Brösln. Mehl, Mondamin oder Kartoffelmehl werden immer zerst in Wasser abgesprudelt, bevor man sie in das Kochgut gibt.

## Teigwaren

Damit dö Teigwaren ban Siadn nid zommpicknd, soit mans an an guat gsalzna Wåssa siadn und an Schuss Öl eichötoan, åft gehnds a nia üba. Nochand natürla kalt aoschröckn.

## Tomaten

Wonn ma Paradeiser kuschz mit kochndn Wasser übagiaßt und nåchand aoschreckt, låssn sö si leicht schoin.

Wonn ma woache Paradeiser ca. a Viaschtlstund in eiskalts Wåssa legt, werdns wieda festa.

Dass sö si leichta teilen låssnd, soid ma s'Messa vor jedn Schnitt ins kalte Wasser tauchn.

## Topfen

Da Topfn låsst sö vü leichta varührn, wonn ma a bissl Müch oda Rahm dazuagibt.

## Torten backen

An leichtestn griagt ma Toschtn uhne Gupf, wonn ma s'Rohr an Onfong ban a 10 Minutn an Spalt offn låsst und já s'Türl nid zuatuschn, sinst huckt a a da Mitt zomm. Fürn Spalt braucht ma glei an Kochlöfflstiel dazwischn steckn.

## Verdünnen von Speisen

S'Verdünnen der Speisen geschieht durch Zusatz von Milch, Fleischbrühe oder Wasser.

## Versalzen

Wonn ma sö dö Soß gao ameu vasalzn haot, ko ma's wieda mit Wein, Milch, Rahm oda a bissl Wasser verlängern.

Versalzene Speisen kann man retten, indem man geschälte, rohe Kartoffelscheiben in die Speise legt.

### Waffeln

Dia sand besonders guat, wonn ma a den Toag passierte Easchtöpfe druckt. Dia werdn gonz locka ban bâchn.

### Wasserbad

Im Wasserbad kocht man Pudding, feine Soßen und Cremes. In einem größeren Topf mit kochendem Wasser setzt man ein kleineres Gefäß, dessen Inhalt auf diese Weise gleich heiß bleibt.

### Wild

Wild weascht zart und gschnachög, wonn ma's üba Naocht in Rührmilch legt und zuadeckt an Kühlschrone stellt.

### Wurst lagern

Wuscht tricknd ban Onschnitt nid aus, wonn ma auf den a Zitronenscheibn legt oda wonn man mit Fett bestreicht.

### Wurst schälen

Lässt sö a höschte Wurst schiaga nid aoschoi'n, legt ma's a Boisei an a kalts Wåssa, nächand bringst d'Haut leicht ocha.

### Würstl kochen

Würstl platzen nid, wonn ma's mitn kaltn Wåssa zua stellt. Wonns siadt, auf a kloans Foia stelln und an Schuss Milch a's Siadwåssa toa, åft fehlt nix, wonns a long an hoabn Wåssa drein sand.

### Zitronen

Bevor ich eine unbehandelte Zitrone auspresse, wasche ich sie und reibe sie ab. Dann fülle ich die geriebene Schale in ein kleines Schraubglas, vermische sie mit Honig und stelle das Glas in den Kühlschrank. So habe ich für den nächsten Kuchen eine gute Aromamischung bereit.

Angschnittne Zitronen ko ma auf oafache Weis erhalten, wonn ma's mit da Schnittflächtn an a bissl Essig legt.

Densn ko ma nächand zan Zitronensaoft dazuatoan.

### Zuckerguss

Ban Zuckerguss üba dö Toschtn soid ma unbedingt an Zitronen- oda an Bamarantschnsaft dazuatoa, dass an guatn Gschmaoch haot. A Zuckerglasur wiascht a fester, wonn ma a pao Trupfn Oaklao dazua rüahscht.

### Zuckerteig

Für Zuckerteig werden Eier und Zucker schaumig gerührt, das Mehl zuletzt leicht unter die Masse gehoben.

### Zunge schälen

A Kalbs-, Schweins- oda Rindszung lässt sö leichta schoin, wonn ma's noachn siadn a pao Minutn an a kalts Wassa legt.

### Zunge verbrannt

Wenn man sich die Zunge beim Abschmecken der Speisen verbrannt hat, nimmt man rasch ein Stück Butter in den Mund, dann lässt der Schmerz sofort nach.

### Zwiebel braten

Wonn ma schön goldgelb gröstete Zwiebelringei håbn will, muass ma's vorm Onbraotn mit Mehl bestäubn.

### Zwiebel schneiden

Noie Zwiefei lãssn sö bessã schoi'n, won ma's a pao Minutn an a hoãß Wãssa legt.

Wer ban Zwiefeschneidn nid rearn wü, braucht glei s'Brettl und s'Messa feucht machn. Aoschoin lãsst a sö a vü leichta, wonn man kuschz an a wãrms Wãssa einwoakt.



## HAUSHALTS - TIPPS



### Ameisen

Schiach leicht kemmand oan an Suma Omössn a dö Kuchö eicha. Dass ma dia glei los weascht, måcht ma an an Untasatzl a wenk a Soafnlaugn, dö ma mit a wenk Zucka vamischt. Nåchand stellt ma dös aufn Fenstastalln, já wo's halt eichakemmand, sö schmecknd an Zugga aussa und dös Fressn draht eans, dao werdns glei hin.



### Angebranntes Geschirr

A onbrennte Schüssl oda Pfonn derf ma nia mit an spitzenzeng oda schneideng Material auskrätzn, dao z'krätzad ma já dö Glasur und a's brennad oan alls no leichta on. Dass alls Onbrennte leicht aussageht, tuat a's a Aschn mit a bisl Wåssa dron eiche und lāssts a so a Bois woackn, nocha geht alls leicht aussa.

### Bienenstich

A da Kuchö inn konns schon passiern, dass oana a Imb onglit, tua dao glei a wenk Spucke drauf, åba wer vü mit Imbn z'toan haot, soid dös folgende Mittl allwei griffbereit stehn haobn:

Ma löscht a bisl brenntn Kalk mit Wåssa und lāsst den Kalk so long stehn an an Glasl, bis obn s'Wåssa gonz rein is. Dös gjaßt ma hiaz vorsichtög an a kleanas Glasl. Bist van a Imb gstochn worn, reibt man sö mit den Kalkwåssa gach fest ein. Da Wehdam hescht glei auf und gschwoin weascht ma a nid.

### Blutung stillen

Kloane, åba intensive Blutungen, dia ma sö oft a da Kuchö zuaziacht, ko ma glei stilln, wonn ma an kloan Wattedpausch in a recht hoab's Wåssa taucht und dense-ign gach auf dö bliatnd Wundtn legt. Dao weaschts schau, wia schnell dass zan Blüatn aufhescht.

### Essigessenz

Mit a Flåschn Essigessenz an Haus wiascht alls sauba. Sie ersetzt oan vü toiare oda chemische Reinigungsmittel. Mit an Schuss Essig as Wåschwåssa eichi werdn Fensta, Fliesn und Kåcheln extra schön glöznad.

Woachst an Pinsl, der höscht wordn is, ein, weascht a van Essigwåssa wieda woach.

Da Kesslstoa löst sö, wonn ma a nettla Taog a Essigwåssa dre-i stehn låsst.

Greanspon va Kupfer und Messengzoig bringst guat we- ick, wonn ma no a wenk Salz dazuatuat.

Obstfleck vaschwindtnd ausn Gwandtl und da Wäsch, wonn ma kochnd hoab Essigwåssa trupfnweis drübagibt und ein-wirkn låsst. Natürlich nåchand alls guat schwoabn.

### Federbetten

Niemals Federbetten in der prallen Sonne lüften, die Federn werden brüchig.

### Feuchtigkeit in Möbel

Um d'Feuchtigkeit aus dö Möbe draus z'bringa, höngt oda legt ma a Stuck Kåmpfer, mia saogn dazua Gåffa, eichö. Da Kåmpfer ziacht d'Feuchtigkeit an sich, a no dao, wo

s'wärm trickna nix genutzt haot. Da Gåffa muass va Zeit za Zeit wieda ernoiascht werdn, weil er allweil kleana weascht.

### Fischgeruch

Va Messa und Gåbeln entfernt ma den Fischgruch an leichtestn, wonn ma sö a Toagl aus Holzschn und Wåssa måcht und damit dös Bsteck mit an Tüache aoreibt. Da Fischgruch is glei danaoch dahin, ma muass s'Bsteck åba no guat mit Wåssa naochschwobn.

### Flecken

*Blutflecken* auf an Teppich oda a auf übazochne Möbel gengand guat ausa, wonn ma's mit an kaltn Wåssa aotupft, nochand mit vadünntn Salmiakgeist vorsichtig behandelt und mit an Velour-Ledatuach naochreibt.

*Obst und Gemüeseflecken* a dö Håndt vaschwindtn glei ameu, wonn ma d'Håndt mit Rühmüch einreibt.

Obstflecken aus allen Stoffen kann man herausbringen.

Man verwendet hierzu reinen Spiritus, den man mit Wasser etwas verdünnt. Die Obstflecken verschwinden im Nu.

*Wasserfleck* auf Teppich oda Polstermöbl soid ma mit oana essigbefeuchttn Biescht aobieschtln und mit an feuchtn Tuach naochreibn.

*Ränder* auf Holztischen lassen sich durch eine Mischung aus 1 Tl Butter, 1 Tl Mayonaise und etwas Zigarettenasche entfernen. Die Mischung auftragen, ungefähr 5 Minuten einwirken lassen dann nachpolieren.

*Schimmelflecke* auf Tapeten mit Löschblatt und Bügeleisen entfernen, oder mit einem Benzin getränkten Wattebausch abreiben.

*Gelbe Flecken* in Badewannen und Waschbecken, hervorgerufen durch tropfende Wasserhähne, kann man mit Zitronensaft entfernen.

*Bierfleckn* auf an schön Teppich oda auf Polstermöbel reibt ma mit an lauwärma Wassa guat ao und wonns nottuat, måcht ma dös a pao mal hintaranonna.

*Rotweinfleckn* auf an Sofa oda Teppich bringst mit an Rasierschaum weg. Van an Tischtuach bringst den Rotweinfleck mit an Selterswasser an leichtestn ausa.

### Fliegen

Ma hält d'Floign va alln möglichn Gegenständ wia Lompn, Möbel usw. fern, wonn ma dia donn und wonn mit an in Loorbeeröl tauchtn Tuach areibt.

### Gläser

Inanånda gstellte Glasl oda Schäier stecknd oft so fest inanondt, dass gao nid leicht migla is, dia z'daledegn, bringst ös oafach nid vanondt, uhne dass da oans bricht. Aba wonnst dös untaröst Gschirrl an a recht hoäß Wassa stellst und a dös obarest Gschirrl a kalts eichölascht, dao ko ma's nåchand uhne Bruch leicht ausanonna bringa.

### Glaskitt

Will ma a Glaos kittn, åft löst ma an wårma Ofn a Stuck fårblose Gelatine mit a wenk an Essig auf. Mit der wårma Löseng dö Kantn va dö Schürba ostreichn und guat genganondt druckn. Nacha låsst ma dös kitt Stuck an Taog ban wårma Ofn no trickna.

### Glasschüssel

Will ma in Glaoschüssaln hoafße Flüssigkeit fülln, so muass ma dia vorher auf a feuchts Tuach stelln, åft springans nid.

### Glasstoppel

Glaosstopstl, dia oafach nid ausn Glasl aussagehnd, tuat a's seilteng a pao Trupfn Öl zuachö und stellt d'Flaschn an an wårma Oscht. Naoch an Boisei draht man vorsichtög a wenk hin und her, auf oameu geht a hiaz leicht aussa.

### Hände reinigen

Wonn ma van Gemüseputzn koane schiachn Händt griagn will, muass ma s'Wuschlwerk und s'Gmüas mit naosse Händt schaobn.

### Holz wurm

Zwiebel vertreibt an Hoizwurm. Holzschädling in altn Möbeln bekämpft ma am bestn mit a halbiertn Zwiebel. Dös befallne Möbelstück damit fest einreibn.

### Kakteen umtopfen

Kakteen kann man mit einer Gebäckzange „schmerzlos“ umtopfen.

### Kesselstein

Dass sö va Onfong on koa Kosslstoa onsetzt, legt ma a Stück Marmor a dös betreffnde Gschirrl. A den setzt sö hiaz da Kesslstoa ao und da Kessl selba bleibt sauba. A's bleibn a no onnane Gschirra sauba und legt sö nid

leicht ebbas on, wonn ma a dia jede Woch ameu fingahoch  
Essig eichö tuat und den zan Siadn bring.

Dass noch aalls guat naochschwobt wern muass, leucht  
do a niada Hausfrau ein.

### Koffer

Damit der Koffer nicht muffet, soid ma naoch da Urlaubs-  
roas in dö Koffa a Stuck guat schmöckadö Soafn eichö-  
legn, åft haot a allweil an guatn Gruch.

### Korke

Korke, also Stopstl, werdn wieda luft- und wåssadicht,  
wonn ma's 5 Minuten in Oi legt.

### Kristallgegenstände

Soichane derf ma gao nia mit an wårma Wåssa reinigen,  
ma derf netta glei a kalts dazua hernemma, da griagns ex-  
tra an schön Glonz.

### Küchengeruch

Stårche Gruch a dö Håndt, dia sö ba vü Kuchöarbeitn  
festsetznd, z.B. ban Fisch herrichtn, oda Petroleumgruch  
oda sinst ebbas Håftnds, vage-ihnt gonz gach, wonn ma  
dö Håndt mit an Senfmehl, dös ma mit Wåssa onnetzt,  
aoreibt.

### Motten

Um Ihre Garderobe vor Motte zu schützen, klemmen Sie  
einfach ein paar frische Lorbeerblätter an der Kleidung  
fest.

### Obst pflücken

Obst soit ma übahaupt nia ban an laobn Weida oda gao ban Regna aobrockn, wonn ma so oans einsiad, haots a nid so an guatn Gschmaoch und haob a nid so long und schimmelt vü eher.

### Porzellanfiguren

Ba feine Porzellanfiguren is s' Aotrickna naochn Wäschn a hoaggle Sach, dass ma's ja nid beschädigt. Dass äba voiständig tricknand, bespritzt ma dö Figurn mit Spiritus, der kimb an a nids kloans Eggei und saugt jede Feuchtigkeit auf.

### Rosen

Moosröschen, die nicht aufgehen, stelle man in kochend heißes Wasser. Nach einiger Zeit heben die Rosen ihre Köpfe und blühen wieder auf.

### Rost auf Austechformen

Austechformen aus Blech oda a Bächblecha rostn nit, wonn mas allweil aowäscht. Wischn sö's naochn Gebrauch glei mit an Tuach oda Küchenrolle ao, äft wiascht nia ebbas rostög.

### Schimmel

Damit si an Brotbehälter koa Schimmel büdt, wäscht ma den ca. all zwoa Wochn mit Essigwassa gründla aus. Da Essig bring dö Bakterien um.

### Seidentuch waschen

Seidane Tüacha wäscht ma mit Easchtöpfowåssa. Ma gibt den Saoft va rohe, auspresste Easchtöpfö a's Wåssa, dadurch wascht da Glonz und dö Farb wundabar erhaltn.

### Silberlöffel

Silberne Löffel, mit deanan ma Oa gessn haot, laufnd gewöhnlich braun on. Dia ko ma leicht wieda schö glenzad und sauba griagn, wonn ma dia mit Ruaß aoreibt.

### Spinatwasser

Mit dem Kochwasser vom Spinat lassen sich Edelstahl-töpfe blitzblank machen.

### Spitzen reinigen

Vagilbte, alte Spitzn werdn wieda schön weiß, wonn ma's so long in süaßa Müch einwoackt, bis d'Müch grunna und sauer worn is. Nåchand normal wäschn.

### Teekanne aus Metall reinigen

Dia werdn allweil van Teesiadn innabei braun und schau'nd neama schön aus. Dass dia åba wieda sauba werdn, stellt ma a Mischeng aus gleichn Toaln Soda, Mehl und Essig her. Dös lāsst ma üba Naocht a da Konl drein stehn und schwoabts den onnan Taog mit hoafn Wåssa guat aus. Aft schauts wieda wia noi aus.

### Türangeln

Gewöhnlich werdn dö Tiiongln eing'ölt, åba s'Öl rinnt dö mehra Weil ocha, oda vadunst, åft ge-ihnt dö Gwiggötz-arei wieda va Noin on. A bessas Mittl wa, ma hebt dö Tii

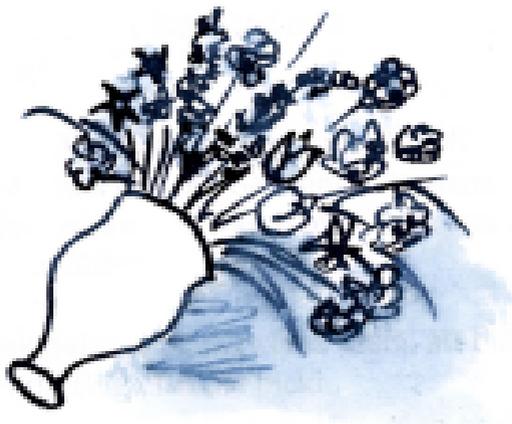
aus, bestreicht an Scharniastift und s'Scharnierloch mit an breatan Bleistift fest on - da Graphit is a guats und dauerhåfts Schmiermittl - und dös braucht ma glei all heileng Zeitn wieda toan.

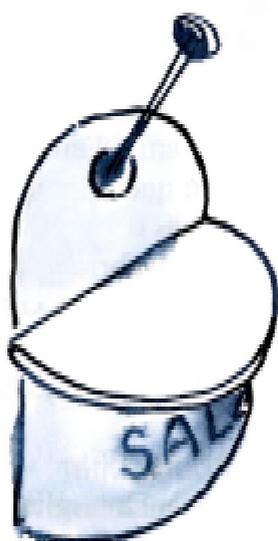
### Vasen

Hohe Vasen falln oan gao so leicht um und dass ma's nid hinricht oda a Schürb aussabricht und dass guat stehnd, ko ma ba da Vasn aufn Bodn eichö an fein Sondt strahn und wonn s'Wåssa no drauf kimb, fallns gwiss neama so leicht um.

### Zyperngras als Luftbefeuchter

Ein Topf Zyperngras braucht täglich reichlich Wasser und gibt es durch Verdunsten wieder ab.





# SALZ - TIPPS

Salz is oans va dö wichtögöstrn Lebensmittel an Haushalt. S'is a fi sinst allerhondt zan brauchn. Nid ebba glei zan gschmachög mochn fi dö Kost, a als Heilmittel und fi allerhand gführige Hilfen an Haushalt.

Wonn da Gips z'gach höscht werdn soid, åft brauchst glei ban onrühn a bissl Salz dreistrahn, bua, åba nochand is zan schlei'n ban zuastreihn, weil er sovü gach höscht weascht.

Wonn dein Somatjanggal oda Kittl neama gao so schö is, muasst ös mit Salz aobischtln. Tauch dö Bischt ins Salz, åft weascht alls wieda schö und glonzad und schiaga wia noi.

Sand da an a weiße Wäsch gao Brondfleck eichö kemma, mächst dia mit Wåssa a wenk feucht, strahst a bissl Salz drüba und legst es a'd Sunn. Naoch a pao Stundn sand d'Fleck dahin. Nåchand no alls guat auswåschn, jå nid vagessn!

Haost an an Oscht Fett-, Tintn- oda Weinfleck eichö braocht, reib alls glei mit Salz und Zitronensaoft ein, lass a Boisei wirkn und wäsch mit Soafn und eventuell mit vadünntn Salmiakwåssa aus.

Tua a wenk Salz a's Stärkewåssa drein, åft bleibt da d'Wäsch aufn Bügleisn nia pickn.

Haot dö Baodwonn an grindteng Rond, schauts gonz gro-möat hea, strah a Salz auf a feuchts Tuach und reib damit alls rundumandum ein, dö Baodwonn is nåchand wieda wia noi.

Schauts gao amau her, an Heascht oda an Ofn inn gang s'Foia beu aus, dao muasst a Handl voi Salz üba dö Gluat strahn, åba pass jå auf, a's geid glei a frische, gelbe Stichflomm, haob dö weit gnuag dochö, dass'd dö jå nid onb-sengst.

Richt da a Stärk on, tua a wenk Salz drein und schwoab d'Wäsch dao drein durch, sie griagt an schön Glonz davon.

Sand deine Stoaffliesn recht dreckög oda gao grintög, putz mit an wårma Salzwåssa, da Dreck geht hiaz vü leichta we-ick.

Sand an Winta d'Fenstascheibn vaeist, muasst da a lau-wårms Wåssa mit vü Salz drein onrichtn und d'Fensta mit den eingwoaktn, naossn Tuach einreibn und mit an truck-na Fenstatuach oda Zeitungspapier alls truckn reibn.

Um zu verhindern, dass das Tafelsalz feucht wird, mische man etwas Maismehl unter dasselbe. Man wird stets trok-kenes Salz haben.

Bist zaunmüad van a Bergtour, oda bist sint woaß Gott wo umandum gschnuaggötzt, dass da d'Fuaß brennand und onglaffn sand, nimm gach ameu a hoab Fuaßbaod mit Salz drein, da gonz Wehdom is glei dahin.

Haost da noie Köschzn hoamtraogn, legs bevor daß'd ös onzündtst, a Stund an a Salzwåssa, låss nocha guat trickna, weascht se-ichn, sö trupfötzd ban aobrenna koa Bissei nix.

Haost an Dusl, Halsweh oda an Strauckn oda a Sucht, daß'd kam heaschaun maogst, dass da da Rotz glei so herrinnt und dass'd nix wia niastn muasst, geids nix Bessas, wia mit Salzwåssa gurgln und oans zoanstla ameu a'd Naosn aufföschniefen.

Is an Winta vorn Haus a mords Eisgeu, strah koad a wenk a Salz drauf, åft löst sö s'Eis nåchand gach va selber auf.

Willst an Summa ebbas extra kalt serviern, z'klopf a pao Eiswürfei und misch vü Salz drunta, damit haost gach dö tiaföst Kält damocht.

Haot dö a Imp oda a Waps gonglt oda sinst a Viech, a Spinn oda a Saubremm gstochn, richt mit a pao Trupfn Wåssa und Salz an Toagl on und legs aufn Einstich, åft weascht da Wehdom glei bessas und du weascht nid gschwolln.

Vabrennst dö ameu, strah glei a wenk Salz drauf, åft wi-aschts glei a wenk leichta.

Haost Rostfleckn an an schön, altn Leinen oda gsticktn Tischtuach drein, mach dia Fleck mit Zitronensaoft und Salz schön naoss, legs a'd Sunn, an bestn aufn Simsbam. Vor dö Fleck stellt a Fenstascheibn, oda a größers Glaosshürb schief auf, so dass d'Sunn dreinscheint,

weascht se-ichn, naoch a pao Stund sand d'Fleck dahin und s'Tuach griagt koane Nestei und weascht nid z'fressn, wie ban chemisch reinigen. Nächst natürlich des Leinen vorsichtig ausschwemma.

Willst a Oa siadn und a's haot an kloan Sprung, denst zeascht nid ondaschaut haost, wonnst ö's an Salzwassa siadst, rinnts zombn Sprung davonantwe-ign nit aus.

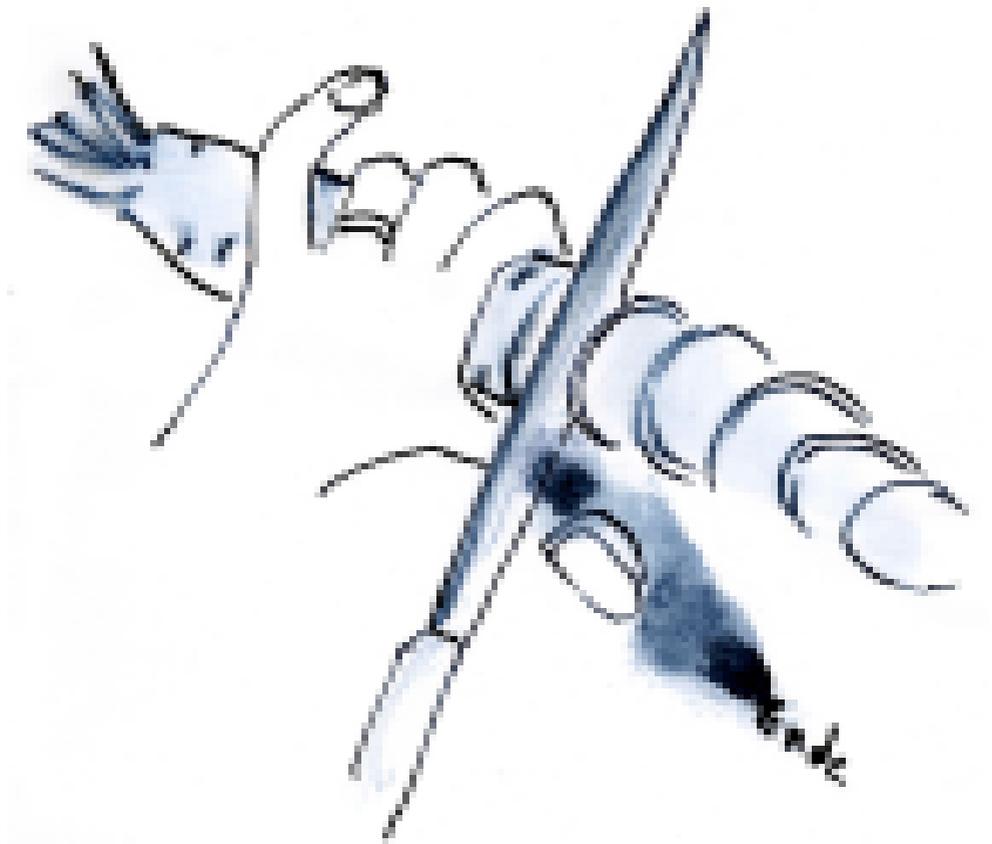
Nimm Salz zan Einwassan va Blumen, sö bleiben viel länger frisch.

Nimm Salz in hoäß Wassa zan Auftauen va an vereistn Ausguss.

Nimm allweil glei wenk Salz zan Speisen würzen, denn da Gschmaoch va dö onnan Gwürz oda Kräuter soidn do a za da Wirkeng kemma.

Is da d'Milch übagonga und haots a schaudalas Gstonk a da Kuchö, strah gach Salz auf dia Milchprinzn auf da Heaschtblättn. Boadt, bis dö wieda kalt is, åft daputzt a's leicht we-ick.

Geids ameu a vasalzne Suppn ao, åft woast ös eh scho, dass dö Köchen gwiss kloa valiabt is.







Seit 1964 schreibt sie bodenständige Geschichten in Pinzgauer Mundart und hält Lesungen bei Brauchtumsveranstaltungen und im Rundfunk.

1989 Gründung einer Mundartdichter-Gruppe im Pinzgau mit Rosi Hoffman.

Besondere Bekanntheit hat Gretl Widauer auch durch ihre beliebten Pinzgauer Kochrezepte und das wöchentliche „Wetteransagen“ im Salzburger Rundfunk erreicht.

1999 sind Gretl Widauers „Pinzgauer G’schichten und Bräuch“ als Buch und CD erschienen.

## **Hans Winkler, der Illustrator**

Jahrgang 1921, in Basel geboren, also gleich alt wie die Autorin dieses Büchleins, erklärt, wie die Illustrationen zwischen diese Seiten gerieten:

Es begab sich vor vielen, vielen Jahren, dass eine der vier Schwestern der Gretl Widauer in die Schweiz geriet und alsdann einen kennen lernte, der als Grafiker, Dekorateur und Illustrator sich einen Namen machte. Was der Gretl natürlich nicht verborgen blieb. Denn durch eine aufblühende gegenseitige Zuneigung entstand ein emsiger Briefwechsel, der einerseits illustrativ bis comicartig ausartete und andererseits durch pinzgauerische Dialektuntermalung immer schwerer lesbar wurde.

Dass aus dem Hans aus Basel unter dem Einfluss der beiden Almerinnen - die eine ist zwar mittlerweile eine Schweizerin mit Pinzgauer Akzent geworden - ein Hänsel wurde, sei nur nebenbei erwähnt.

Sein Designer-Talent liess ihn dann hauptberuflich zum bekanntesten und wohl einzigen Gebäckmodel-Hersteller im alemannischen Bereich werden, der die Tonmodel selber entwirft, selber formt und in über 150 Motiven herstellt.



Mit dem zeitgeschichtlichen Buch „Leogang 1938 - 1945“ trat er 1998 zum erstenmal an eine breitere Öffentlichkeit.

1999 gab Alois Schwaiger Gretl Widauers „Pinzgauer G'schichten und Bräuch“ heraus, die in Form eines Buches und einer CD die Mundart und Bräuche des Urslautales festzuschreiben versuchen.

Die Pinzgauer Mundart hat Alois Schwaiger in seinem Elternhaus und während der Volksschulzeit in Leogang gelernt und hat diese Sprache seither „im Ohr“, sie ist seine „Muttersprache“.



*Die Mesner-Familie im Jahr 1925, rechts sitzend Gretl*